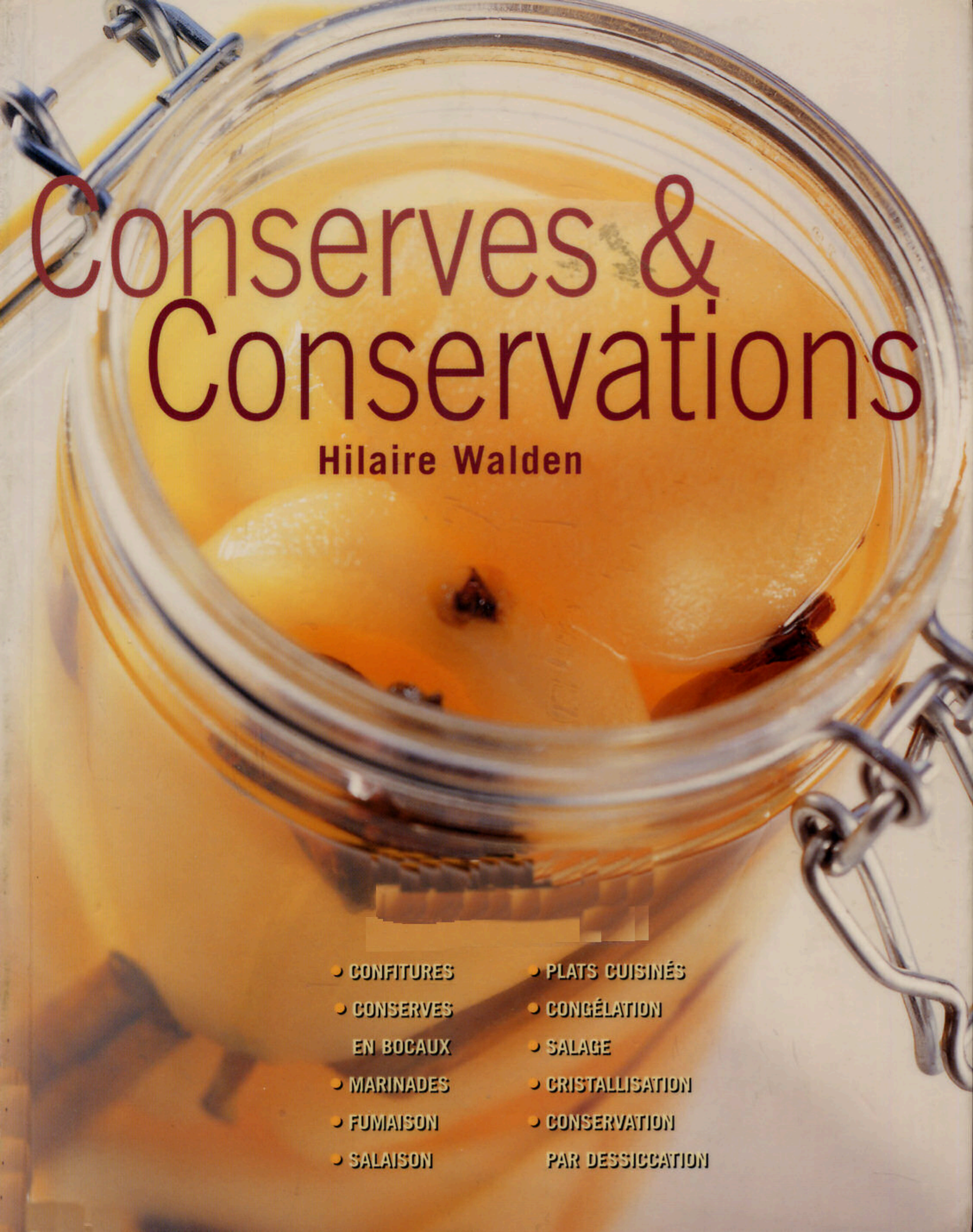


Conserves & Conservations

Hilaire Walden

- CONFITURES
- CONSERVES EN BOCAUX
- MARINADES
- FUMAISON
- SALAISON
- PLATS CUISINÉS
- CONGÉLATION
- SALAGE
- CRISTALLISATION
- CONSERVATION PAR DESSICCATION

Conserves & Conservations

Hilaire Walden

Lorsque l'on parle de « conserves », on pense automatiquement aux confitures et autres gelées ! Et pourtant, il n'y a qu'à faire un tour rapide de sa cuisine pour se rendre compte qu'il existe bien d'autres modes de conservation. Jetez donc un œil à vos placards : êtes-vous sûre de ne pas y découvrir quelques pickles et autres chutneys, huiles et vinaigres, ou encore des fruits secs... ? Ouvrez la porte de votre réfrigérateur : vous y trouverez bien du poisson fumé ou des pâtés... Sans parler de tous ces aliments « conservés » dans votre congélateur ! Alors, convaincue ? Si la mise en conserve concerne bon nombre de plats, pourquoi passer à côté du plaisir de les préparer soi-même ?

Conserves & Conservations est un guide qui vous apprendra comment mettre en conserve tous types d'aliments, et ce dans votre propre cuisine, depuis la plus simple des confitures de fraises au plus savoureux des plats mitonnés, parfumé aux citrons confits.

Dans la première partie, vous apprendrez les **dix méthodes** de mise en conserve, toutes illustrées de recettes de base et de recommandations essentielles pour chaque technique abordée : **séchage, salaison, marinades, chutneys et condiments, fumaison, plats cuisinés, congélation et préparation des crèmes et pâtes à tartiner aux fruits, et des gelées de fruits confits.**
Dans la seconde partie, vous mettrez en pratique ces solides notions en **préparant vos conserves grâce à toutes les recettes originales** qui vous sont proposées, du chutney épicé aux tomates, aux champignons sauvages à l'huile d'olive, en passant par la marmelade d'oranges au gingembre.
Vous y découvrirez également **les meilleures façons de conserver certains aliments**, notamment les fruits, les légumes, les produits de la mer et les viandes.

Conserves et Conservations





Conserves et Conservations

Confitures
Conserves
Marinades
Fumaison
Congélation de plats cuisinés
Salage
Cristallisation
Dessiccation

Hilaire Walden

First Editions

Conserves et conservations
Traduction : Karine Van Butsele
Mise en page : Catherine Kédémos
Édition : Laurence Dumoulin
Titre de l'édition anglaise : *Perfect Preserves*

Copyright © 2002 Quintet Publishing Ltd.

Quintet Publishing Ltd
Fitzpatrick Building
188-194 York Way
London N7 9QP

Publié par :
Thomas Allen Publishers
145 Front Street East, Suite 209
Toronto, Ontario M5A 1E3 Canada

Tous droits réservés. Toute reproduction, même partielle, du contenu, de la couverture ou des icônes, par quelque procédé que ce soit (électronique, photocopie, bande magnétique ou autre) est interdite sans autorisation par écrit de : Canadian Copyright Licensing Agency.

© Éditions générales First, 2003 pour l'édition française.
Publiée en accord avec Quintet Publishin Ltd.

Le code de la Propriété Intellectuelle interdit les copies ou reproductions destinées à une utilisation collective.
Toute représentation ou reproduction intégrale ou partielle faite par quelque procédé que ce soit, sans le consentement de l'Auteur ou de ses ayants cause est illicite et constitue une contrefaçon sanctionnée par les articles L335-2 et suivants du Code de la Propriété Intellectuelle.

ISBN 2 87691 785 8

Imprimé en Chine.
Dépôt légal : 3e trimestre 2003
Nous nous efforçons de publier des ouvrages qui correspondent à vos attentes et votre satisfaction est pour nous une priorité.
Alors, n'hésitez pas à nous faire part de vos commentaires :

Éditions Générales First
27, rue Cassette
75006 Paris – France
Tél : 01.45.49.60.00
Fax : 01.45.49.60.01
Internet e-mail : firstinfo@efirst.com
En avant-première, nos prochaines parutions, des résumés de tous les ouvrages du catalogue.
Dialoguez en toute liberté avec nos auteurs et nos éditeurs. Tout cela et bien plus sur Internet à :
www.efirst.com



Table des matières

Introduction

De nos jours, on peut se procurer la plupart des aliments tout au long de l'année, et grâce à la réfrigération, il paraît superflu de conserver des produits en surabondance pour un usage ultérieur lorsque ces derniers ne sont plus vraiment de saison. Pourtant, qui n'a jamais eu envie de faire ses propres conserves, tout comme certains fabriquent eux-mêmes leur pain ? Cette activité est, en effet, perçue comme pouvant être à la fois thérapeutique, gratifiante et amusante. Et puis, qui saurait résister à la saveur des aliments en conserve faits maison, qu'il s'agisse d'une confiture, d'un chutney, d'un pâté de campagne ou encore d'abricots au sirop parfumés à la vanille ?

La mise en conserve de ses propres aliments se justifie à bien des égards. En effet, les conserves que l'on réalise soi-même sont bien souvent de meilleure qualité et plus économiques que les produits du commerce et de l'industrie. Ceci est d'autant plus vrai si l'on réalise ces conserves avec des produits du jardin, ou si l'on a la possibilité de trouver des aliments sauvages comestibles. Peu importe d'avoir ou pas un endroit à soi où cultiver fruits et légumes, on trouve de plus en plus de fermes et de vergers où cueillir soi-même les produits, ainsi que des marchés où se procurer des aliments frais et de qualité à des prix raisonnables. En réalisant ses conserves, l'on sait exactement comment et avec quels ingrédients elles ont été préparées ; on est, par conséquent, certain qu'elles ne contiennent aucun conservateur ni colorant, ou tout autre additif.

Si votre récolte de prunes du verger est particulièrement abondante, ou si vous ne pouvez résister à ces superbes tomates vendues sur le marché pour un prix modeste, découvrez dans cet ouvrage comment en faire le meilleur usage. Avec du porc, vous pourrez, pourquoi pas, fabriquer des rillettes (voir page 154), confectionner votre pâté maison (voir page 157), ou bien préparer un gravlax avec un saumon qui vous a été offert ou que vous avez pêché (voir page 150).
La mise en conserve vous permet de laisser aller votre imagination de mille et une façons. À l'instar d'autres





techniques culinaires, après avoir réalisé les recettes qui figurent dans ce livre, vous pourrez ensuite les adapter et y apporter votre propre tour de main. Modifiez les arômes afin d'affirmer vos préférences ou accommodez-les selon les goûts de vos amis si vous envisagez de les offrir. Pour des saveurs asiatiques, préférez les épices comme la cardamome, le poivre de Sichuan, la citronnelle ou encore le cumin. Parfumez vos conserves de fraises, de framboises, d'une goutte d'eau de rose ou d'un soupçon de vanille. De même, au lieu d'utiliser les traditionnels raisins secs, laissez-vous tenter par d'autres fruits déshydratés comme les abricots, les pêches, les poires, les canneberges ou les cerises, voire les fruits secs exotiques, mangues, papayes et bananes, que l'on peut se procurer un peu partout. Si les chutneys et les marinades vendus dans le commerce vous paraissent trop âpres, ceux que vous préparerez chez vous avec des vinaigres de vin moelleux vous conviendront davantage. Diminuez ou augmentez la quantité de sucre selon que vous souhaitez obtenir des saveurs plus ou moins suaves. Les amateurs d'ail ajouteront des clous de girofle hachés et ceux qui ont un penchant pour la cuisine épicée rehausseront leurs mets de quelques piments hachés. En un minimum de temps, vous allez pouvoir ainsi allonger la liste de vos recettes personnelles.

Contrairement à ce que l'on a coutume de penser, la mise en conserve ne justifie en rien l'achat d'un équipement sophistiqué et coûteux, et il n'est pas rare que l'on ait à portée de main le matériel nécessaire. Vous n'aurez besoin d'une casserole spéciale pour la préparation de vos conserves que si vous les fabriquez en très grande quantité. La mise en conserve ne requérant ni savoir-faire ni talent particulier, vous découvrirez au fil des pages toutes les informations essentielles et les méthodes de base vous permettant de préparer et réussir à coup sûr vos conserves.

Si vos conserves font plier vos étagères, vous serez toujours à même de préparer un repas rapide, simple et souvent étonnant, en choisissant d'accommoder un simple sandwich au fromage ou un assortiment de viandes froides, ou bien encore d'égayer certains plats cuisinés. Cet ouvrage vous propose donc un large éventail d'idées. C'est par ailleurs cette touche personnelle qui fait que les conserves maison constituent le cadeau idéal, procurant autant de plaisir à celui qui les offre qu'à celui qui les reçoit. Par conséquent, si vous entreposez chez vous un grand nombre de conserves, vous ne serez jamais pris au dépourvu si vous avez oublié un anniversaire ou si vous êtes à cours d'idée de cadeau au moment des fêtes de fin d'année.

Matériel

Le matériel nécessaire à la fabrication des conserves contenant des fruits ou du vinaigre doit être composé de matériaux non-réactifs, comme l'inox, le plastique, le nylon ou le bois. Veillez également à utiliser des ustensiles résistant à la chaleur pour les conserves chaudes.

Casseroles La casserole traditionnelle pour la mise en conserve a généralement des bords évasés, un bec verseur et un manche. Ce dernier est utile, surtout si vous réalisez des conserves en grande quantité, mais pas à tout prix indispensable. La casserole ou le faitout que vous utiliserez doit répondre à certains critères :

- Utilisez des récipients non-réactifs, en inox ou en émail, ou équipés d'un revêtement antiadhésif. N'utilisez pas de casseroles en cuivre sans revêtement non-étamé, ou tout autre récipient en aluminium.
- Pour permettre une répartition homogène de la chaleur et éviter que les mélanges n'attachent ou ne brûlent, elle doit être munie d'un fond lourd et épais.
- Si possible, des bords évasés vers l'extérieur afin d'avoir une large surface pour permettre une évaporation rapide du surplus de liquide et de vapeur. Si vous portez à ébullition une assez petite quantité de sauce ou de sirop, une grande poêle antiadhésive ou une casserole inoxydable feront l'affaire.
- Veillez à ce que la surface soit parfaitement propre, sans taches ni éclaboussures.
- Deux anses de chaque côté vous permettront de la soulever facilement.

- Ne remplissez pas plus de la moitié du faitout lorsque vous cuisinez des préparations sucrées car elles risquent d'éclabousser lors de l'ébullition.

Balance Il n'est pas nécessaire d'avoir une balance pour réaliser vos conserves, mais elle peut vous être toutefois très utile. Essayez de noter scrupuleusement le poids des ingrédients avant de faire vos achats. Pour peser de grandes quantités d'aliments chez vous, vous pouvez utiliser un pèse-personne. Placez le faitout ou tout autre grand récipient sur la balance mise à zéro puis ajouter les ingrédients ; ou notez le poids de la casserole vide, ajoutez les ingrédients et déduisez le poids de la casserole du total.

Couteaux Utilisez de préférence des couteaux pointus en inox de bonne qualité pour empêcher la décoloration des fruits et des légumes. Ils vous permettront également de réaliser vos préparations rapidement et dans les meilleures conditions.

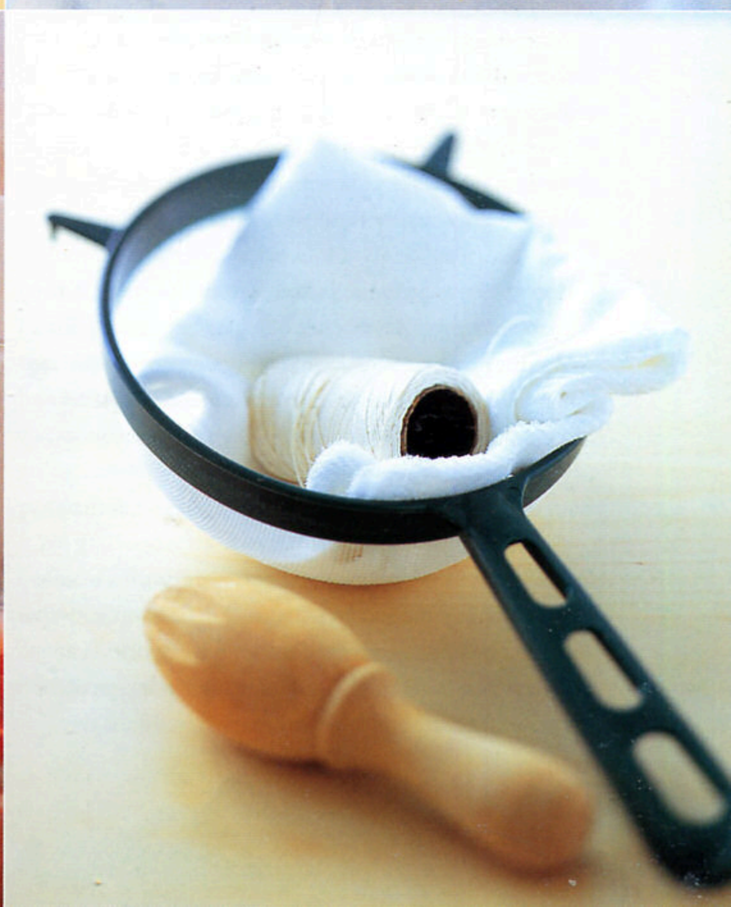
Sac à épices Ce petit sac en principe en mousseline se ferme avec un cordon. Vous pouvez l'acheter ou en fabriquer un vous-même en utilisant une petite pièce d'étamine ou une double épaisseur de gaze nouée à l'aide d'un long bout de ficelle. Ce sac, fixé au manche de la casserole, est suspendu au-dessus des conserves pour libérer les arômes. Vous pouvez également utiliser des boules à épices en métal qui se fixent sur le bord de la casserole.

Cuillère en bois à long manche Elle protègera vos mains des liquides très chauds, de la vapeur et des éclaboussures des aliments. Le bois est indispensable car











le métal peut réagir à la présence d'acide et décolorer les ingrédients.

Écumoire Au moment de l'ébullition, les confitures et les gelées produisent souvent de l'écume qu'il convient d'enlever pour éviter que les conserves ne deviennent troubles une fois terminées. Elle vous permet, en outre, de retirer les noyaux de certains fruits comme les prunes et les pêches.

Thermomètre à sucre Il se fixe sur le bord de la casserole et vous permet de lire facilement la température des confitures, des gelées et des marmelades, de façon à ce qu'elles atteignent le point de cuisson. Si vous utilisez un thermomètre sur pied, plongez-le une minute au centre de votre préparation.

Tamis et passoires De préférence en nylon ou en plastique.

Saladiers Vous aurez besoin de saladiers de plusieurs tailles.

Verre gradué Utilisé pour mesurer et verser des liquides chauds, il doit impérativement résister à la chaleur.

Entonnoir Deux entonnoirs vous seront utiles : un à bec large pour remplir les bocaux, l'autre à bec étroit pour remplir les bouteilles, et ayant de préférence une surface antiadhésive. Ils permettent de transvaser des liquides chauds ou des conserves d'un récipient à l'autre.

Louche On l'utilise pour le remplissage des bocaux.

Sac à gelée et support Ce sac, que vous pouvez trouver dans les magasins spécialisés, est réalisé dans un matériau finement tissé, en général du nylon. Il est bon marché et peut être lavé et réutilisé. On s'en sert en principe pour les gelées, ceci afin de faciliter l'extraction du jus des ingrédients. Il est suspendu au-dessus d'un bol qui recueille les gouttes de liquide. Certains sacs à gelée sont fournis avec leur support mais vous pouvez parfaitement en réaliser un vous-même en attachant le sac à un cintre en métal suspendu par un crochet. Vous pouvez très bien fabriquer votre sac à gelée à l'aide de deux ou trois épaisseurs d'étamine ou de gaze. Pour des raisons d'hygiène, il faut toujours ébouillanter le sac avant de l'utiliser.

Autocuiseur Si une recette nécessite une précuisson des ingrédients, il vous fera gagner du temps et préservera la couleur et la saveur des aliments au moment de la

cuisson préliminaire des fruits, des zestes ou des légumes. Consultez le guide d'utilisation pour les recettes et les temps de cuisson.

Bain-marie Pour protéger les conserves en bouteilles de la moisissure, vous pouvez recourir au traitement à la chaleur, ce qui crée un vide sur le joint. Vous utiliserez alors un bain-marie (voir pages 16 et 37). Le bain-marie ou la casserole à couvercle doit être plus profond que les bocaux et les bouteilles utilisés.

Bocaux et bouteilles Les bocaux à goulot large avec des ouvertures d'environ 7,5 cm sont les plus couramment utilisés pour les *pickles* car ils sont faciles à remplir. Pour les confitures, les gelées et les marmelades, préférez les bocaux avec des goulots de 6,25 cm. Utilisez des pots de 450 ml et de 950 ml pour vos conserves maison. Si vous en prenez soin, vous pourrez les réutiliser à condition d'utiliser de nouveaux couvercles à chaque fois.

Veillez à ce que ces bocaux ne soient ni ébréchés ni fissurés. Si vous mettez une préparation chaude dans un récipient fêlé, il volera immédiatement en éclats. Des bactéries peuvent proliférer dans les petites fissures et risquent d'abîmer vos conserves.

Pour stériliser les bocaux et les bouteilles avant leur utilisation, lavez-les d'abord dans de l'eau chaude savonneuse, puis rincez-les à l'eau chaude. Placez-les à l'endroit dans une marmite à bords hauts, remplissez-la d'eau bouillante et faites bouillir pendant 10 minutes. Retirez-les à l'aide de pinces et laissez-les sécher à l'envers sur un torchon épais. Évitez de les mettre au lave-vaisselle.

Utilisez des bocaux chauds lorsque vous les remplissez d'aliments très chauds pour éviter qu'ils ne se fissurent, sauf il s'agit de conserves froides.

Utilisez toujours un récipient adapté au volume de la préparation de façon à la remplir au maximum (voir *Recettes et astuces* page 60).

Scellage des bocaux On utilise les disques de paraffine pour couvrir la surface des préparations non liquides ou qui ne sont pas cuites au bain-marie. Pour couvrir un récipient contenant des préparations sucrées, utilisez du film transparent ou une double épaisseur de film transparent bien tendu. Fermez bien le couvercle à l'aide de ficelle ou d'élastique.

Les couvercles à vis ou amovibles antiacide ou ceux qui ont un revêtement antiacide (tel que le plastique) peuvent être également utilisés pour sceller définitivement les conserves sucrées ; pour les chutneys, les marinades et les autres conserves au vinaigre, utilisez des couvercles antiacides ou munis d'un revêtement en nylon. Si vous n'avez que des couvercles en métal, couvrez le dessus du bocal de film transparent avant de poser le couvercle.

Si vous utilisez des couvercles en deux morceaux pour la stérilisation au bain-marie, suivez bien les instructions pour les préparer. En principe, les couvercles standard et les couvercles à vis doivent être lavés dans l'eau chaude savonneuse puis rincés à l'eau chaude. Placez les couvercles à vis dans une casserole remplie d'eau que vous ferez frémir sans porter à ébullition, puis gardez-les au chaud.

La plupart des couvercles hermétiques courants consistent en un couvercle plat en métal muni d'une bague à vis métallique de façon à ce qu'ils ne bougent pas pendant la stérilisation. Le couvercle est muni d'un bord inférieur ondulé formant un creux contenant un joint d'étanchéité de couleur. Au cours de la stérilisation, le joint du couvercle se ramollit et flotte légèrement pour couvrir la surface à fermer, tout en permettant à l'air de s'échapper du bocal. Le vide est créé par la condensation de la vapeur. En refroidissant, le joint se fixe hermétiquement. Inspectez attentivement vos couvercles avant de les utiliser, ceci afin de vous assurer qu'ils ne contiennent pas de défauts et que le joint est en parfait état.

Ne gardez pas les couvercles plusieurs années car la qualité du joint se détériore avec le temps. Ceux à fermeture automatique ne se gardant pas plus que de quatre ou cinq ans, il est préférable de n'acheter que le nombre nécessaire à chaque fois.

Ingrédients

Sucre Lorsque vous préparez des conserves, les fruits doivent toujours être cuits avant d'ajouter le sucre sinon ils risquent de durcir même si vous prolongez la cuisson pour les rendre plus tendres. Vous pouvez en revanche décider de les raffermir si vous souhaitez que certains fruits comme les fraises ou les framboises restent entiers ; dans ce cas, saupoudrez-les de sucre et laissez-les macérer toute une nuit avant de les cuire.

Le sucre cristallisé est le plus couramment utilisé pour réaliser les conserves. On le chauffe généralement dans un bol résistant à la chaleur, au four à basse température, pendant 20 minutes : ce procédé permet d'accélérer sa dissolution dans le liquide.

Le sucre gélifiant (sucre pour confitures) peut être également utilisé pour les confitures, les gelées et les marmelades. Grâce à ses cristaux plus gros que ceux du sucre cristallisé, il freine la formation d'écume et produit des résultats légèrement plus resplendissants et plus clairs. Le sucre additionné de pectine contient du sucre de pomme et de l'acide tartrique. Il est particulièrement utile lorsque vous faites des confitures et des gelées avec des fruits pauvres en pectine car il réduit le temps d'ébullition d'environ 4 minutes, conférant aux préparations une meilleure saveur et une couleur plus éclatante.

Le sucre brun, clair ou foncé, s'utilise davantage pour les conserves non sucrées telles que les chutneys et les marinades. Notez que le type de sucre utilisé peut altérer le goût de la préparation. Par exemple, si vous utilisez un sucre brun clair au lieu d'un foncé pour un chutney, le goût sera plus léger et plus frais.

Le miel et la mélasse relèvent le goût des conserves bien qu'elles puissent empêcher d'atteindre le point de cuisson d'une confiture, d'une gelée ou d'une marmelade. Il est préférable de l'utiliser pour remplacer au maximum un quart de la quantité de sucre.

Pectine La présence de pectine est indispensable si une confiture, une gelée ou une marmelade est cuite. Il s'agit d'une substance naturelle pareille à de la gomme que l'on trouve dans les cellules des fruits. Elle s'extrait du fruit pendant la cuisson et, mélangée à du sucre et des acides (présents dans le fruit ou ajouté sous forme de jus de citron), elle permet de gélifier les préparations.

Les fruits verts contiennent davantage de pectine que les fruits mûrs. Tous les fruits en contiennent mais dans des proportions diverses. Il n'est pas rare de mélanger des fruits pauvres en pectine à des fruits qui en sont riches, ou le cas échéant, d'ajouter du jus de citron, de la pectine du commerce (en poudre ou liquide) ou du sucre pour confitures (sucre avec pectine).

Acide La présence d'acide est essentielle à la prise des confitures et des gelées. Certains fruits en contiennent, on peut cependant en ajouter sous forme de jus de citron ou d'acide citrique. La quantité d'acide dans le fruit diminue à mesure que celui-ci mûrit ; c'est pourquoi il vaut mieux utiliser des fruits encore verts pour des conserves cuites. Les fraises, les pommes de table, les poires, les cerises et les mûres de fin de saison ont besoin d'une plus grande quantité d'acide : ajoutez alors deux cuillerées à soupe de jus de citron ou une demi-cuillerée à café d'acide citrique pour 1,8 kg de fruits pauvres en pectine.

Sel Il vaut mieux utiliser du sel gemme, du sel de mer ou du sel pour marinades que du sel de table (sauf pour les saumures). Ce dernier contient en effet des additifs qui peuvent décolorer les aliments et nuire à leur conservation.

Vinaigre Même si n'importe quel vinaigre convient, il est néanmoins préférable d'utiliser des vinaigres blancs ou rouges car leur arôme subtil ne risque pas de dominer celui des aliments mis en conserve. Les vinaigres de riz asiatiques sont plus doux encore que les vinaigres blancs, même si certains ont un taux d'acide acétique inférieur à 5 %, le minimum nécessaire pour réaliser les conserves qui n'ont pas besoin d'être conservées au réfrigérateur. Vous pouvez utiliser le vinaigre de cidre pour obtenir une saveur plus fruitée.

Épices Essayez toujours d'utiliser des épices que vous venez d'acheter. Le procédé suivant est facultatif, mais si vous le souhaitez, faites griller l'épice dans une casserole à fond épais sur feux doux jusqu'à ce qu'elle libère ses arômes puis broyez-la légèrement.





Le choix de vos fruits et légumes

Les conserves de fruits et de légumes seront d'autant plus savoureuses si vous les préparez avec des produits de saison mûris à la lumière et à la chaleur naturelles. Ceci vaut particulièrement pour les fruits, les poivrons, les aubergines, les courgettes et les tomates. Leurs arômes s'atténuant rapidement après leur récolte, il est préférable de travailler les produits sans tarder après leur cueillette, par conséquent d'acheter des fruits et des légumes de votre région, ou de cueillir ceux de votre jardin.

Pour les confitures, les gelées et les conserves de fruits en bocaux, l'idéal est d'utiliser des fruits légèrement verts car leur taux de pectine est à son maximum (voir page 14). Même si les produits vendus dans les supermarchés sont souvent à peine mûrs, ils ne sont pas forcément ce qu'il y a de mieux pour les conserves. Souvent, ils sont cueillis encore verts (en général pour qu'ils se conservent mieux pendant leur transport) et n'ont pas eu suffisamment de temps pour exhaler tous leurs arômes. En outre, il arrive que l'on ait recours à des procédés artificiels pour les faire parvenir à maturité.

Si vous avez des fruits bien mûrs ou des fruits pauvres en pectine, ne les utilisez pas uniquement pour faire vos confitures ou vos gelées ; ajoutez simplement de la pectine du commerce ou du jus de citron. Utilisez les fruits mûrs à point, ou qui ne sont pas parfaits, pour préparer les crèmes de fruits, les pâtes à tartiner aux fruits, les gelées de fruits confits, les sirops et les chutneys, ou encore pour être séchés ou congelés.

La période à laquelle les fruits ou les légumes sont de saison est également le moment où ils sont abondants. En général, ils sont moins chers, alors profitez-en pour réaliser quantité de conserves. Lorsque les produits sont effectivement de saison, ils sont vendus à bas prix chez les détaillants.

Les saisons sont différentes selon l'endroit du globe dans lequel on se trouve. En Grande-Bretagne, les tomates et les poivrons ne sont pas disponibles avant la fin des mois d'août et septembre alors que dans les pays plus chauds, comme le Sud de la France, l'Italie ou l'Espagne, on peut se procurer des tomates et des poivrons bien goûteux plus tôt dans l'année.

Aux États-Unis, c'est la rhubarbe (que l'on croit être un fruit alors que c'est en réalité un légume) qui détient la palme puisque que l'on peut en trouver de janvier à juin. L'on peut trouver des fraises, des cerises, des framboises, des myrtilles, des groseilles et des cassis dès la fin du printemps et ce jusqu'à la fin de l'été. La saison des prunes, des poires et des pommes a lieu vers la fin de l'été jusqu'à la mi-automne. Pour connaître à quelle époque les produits sont de saison, il suffit de surveiller les marchés et les maraîchers de votre région.

Les fruits et les légumes ne gardent pas forcément leur couleur une fois mis en conserve. La peau de l'aubergine passe d'un pourpre sombre très vif au marron. Il en est de même pour le kiwi. Par conséquent, si vous voulez que vos conserves arborent une couleur verte éclatante, il vous faudra les congeler préalablement.

Taux de pectine contenu dans les fruits

Élevé : mûres sauvages (parvenues à maturité mais pas encore mûres), pommes à cuire, pommes sauvages, canneberges, prunes de Damas, groseilles à maquereau, citrons jaunes, citrons verts, oranges, coings, groseilles.
Moyen : pommes de table, abricots, mûres sauvages, framboises de Logan, prunes, framboises.
Faible : bananes, airelles, cerises, figues, raisin, goyaves, cognassiers du Japon, mangues, melons, nectarines, pêches, ananas, rhubarbe, fraises.

Scellage des bocaux

Il est indispensable de fermer correctement vos récipients à conserve, non seulement pour les protéger de la poussière, de la saleté ou des insectes, mais aussi pour éviter que les aliments soient contaminés ou ne s'abîment.

Scellage des bocaux à l'aide de disques de paraffine, de couvercles antiacide et de film transparent

1 Choisissez des disques de paraffine de taille appropriée de façon à ce qu'ils couvrent entièrement le bord du pot.

2 Remplissez le bocal chaud et propre de la préparation chaude. Utilisez un torchon propre, tiède et humide pour essuyer le bord du bocal.

3 Posez immédiatement le disque de paraffine, paraffine contre le bocal, au-dessus de la préparation, et aplatissez-le avec le bout des doigts afin qu'aucune poche d'air ne se glisse sous le disque et ne favorise la formation de moisissures.

4 Pour les chutneys, scellez le bocal à l'aide d'un couvercle à vis antiacidité ou d'un couvercle amovible.

5 Pour les conserves sucrées, plongez le film transparent dans de l'eau, puis fixez-le sur pot et fermez-le hermétiquement. Resserrez à l'aide d'un élastique ou de ficelle. Laissez refroidir la préparation. Quand elle refroidit, le film transparent sèche, prenant en principe une forme concave.

6 Laissez refroidir les bocaux toute une nuit, étiquetez et conservez dans un endroit sec et à l'abri de la lumière jusqu'à leur consommation. (Voir *Recettes et astuces* page 60).



Scellage des bocaux au bain-marie

1 Placez les fruits, cuits ou crus, bien serrés sans les écraser, jusqu'à environ 2,5 cm du bord des bocaux stérilisés.

2 Versez la quantité de liquide chaud nécessaire de la recette dans les bocaux en laissant environ 1 cm de vide. Pour éviter les bulles d'air, insérez un couteau propre à fine lame ou une aiguille à tricoter. Scellez les bocaux en suivant les indications du fabricant.

3 Placez une grille ou plusieurs feuilles de papier journal pliées au fond du bain-marie ou d'un faitout haut à fond plat. Posez les bocaux sur la grille, ou si vous utilisez du journal, calez des torchons ou le journal entre les bocaux pour éviter qu'ils ne se cassent. Remplissez le récipient d'eau chaude de façon à recouvrir les bocaux. Posez un couvercle pour conserver la vapeur.

4 Faites chauffer l'eau jusqu'au frémissement (88°C) puis laissez frémir le temps nécessaire (voir tableau de droite).

5 Retirez les bocaux et placez-les sur une planche. Laissez-les refroidir tranquillement pendant 24 heures puis vérifiez le scellage.

6 Étiquetez les bocaux puis entreposez-les dans un endroit sec et à l'abri de la lumière jusqu'à leur consommation (voir *Recettes et astuces* page 60).

Temps de stérilisation des fruits*

FRUITS	QUANTITÉS	TEMPS (MINUTES)
Abricots	500 g	20
	1 kg	25
Ananas	500 g	15
	1 kg	20
Baies	500 g	15
	1 kg	15
Cerises	500 g	15
	1 kg	20
Figues	500 g	15
	1 kg	15
Nectarines, pêches, coupées en deux	500 g	20
	1 kg	25
Pâte à tartiner aux pommes	500 g	5
	1 kg	10
Poires, coupées en deux	500 g	20
	1 kg	25
Pommes, en rondelles	500 g	20
	1 kg	20
Prunes	500 g	20
	1 kg	25
Rhubarbe, cuite à l'étuvée	500 g	15
	1 kg	15

Temps requis pour les purées, sauces et sirops*

QUANTITÉ	TEMPS (MINUTES)
Bocaux de 500 ml	20
Bocaux de 1 l	25

(remplir les bocaux chauds à partir du frémissement)

* de 0 à 300 m au-dessus du niveau de la mer. Pour les altitudes supérieures à 300 mètres, ajustez le temps de stérilisation en fonction du tableau suivant.

300 à 900 m d'altitude	Ajouter 5 minutes
900 à 1800 m d'altitude	Ajouter 10 minutes
1800 à 2500 m d'altitude	Ajouter 15 minutes
2500 à 3000 m d'altitude	Ajouter 20 minutes

Conservation

Les conserves doivent être entreposées dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière à une température comprise entre 10 et 20°C ; on utilisait autrefois un garde-manger que l'on plaçait le long du mur le plus frais, situé par conséquent au nord ou à l'est, de façon à ce que l'intérieur soit toujours frais.

Aujourd'hui, il est non seulement rare de trouver un cellier dans une maison, mais les températures y sont, en outre, plus élevées à cause du chauffage central. Par conséquent, si votre maison, et notamment votre cuisine, sont bien chauffées (à moins d'être prévues pour garder une conserve au réfrigérateur), il est préférable d'entreposer vos conserves dans une pièce plus fraîche, voire dans le garage. Une fois ouvertes, conservez-les dans votre réfrigérateur. Les conserves sucrées, comme les confitures, les gelées, les marmelades, les pâtes à tartiner aux fruits, les gelées de fruits confits, doivent être conservées à des températures plus fraîches que les aliments riches en acide, tels que les chutneys et les marinades, surtout si les conserves ont été ouvertes.

Toutes vos conserves auront d'autant plus de saveur si vous les gardez un certain temps avant de les consommer, ne serait-ce qu'une journée s'il s'agit d'une préparation à base de fruits. Il est recommandé de conserver la plupart des autres conserves au moins un mois, voire plus longtemps pour certaines. Pour une qualité optimale, consommez-les dans l'année. Passée cette période, elles risquent de subir des modifications chimiques qui peuvent altérer la couleur, le goût et/ou les qualités nutritionnelles des aliments (voir *Recettes et astuces* page 60).

Vérifiez bien que vos bocaux sont convenablement scellés avant de les entreposer et surveillez-les régulièrement pour vous assurer qu'ils ne subissent aucune détérioration. Retirez ceux qui fermentent, qui exhalent une mauvaise odeur, ou ceux dont le scellage s'est cassé.

Hygiène

Propreté et fraîcheur sont des conditions essentielles pour la mise en conserve. La chaleur et la moisissure favorisent en effet la prolifération des bactéries. Par conséquent, travaillez dans une cuisine bien aérée maintenue à une température relativement fraîche.

Lavez-vous systématiquement les mains avant de vous mettre au travail, ou dès qu'elles deviennent légèrement sales, et séchez-les à l'aide d'un linge propre. Si elles deviennent chaudes, passez-les sous l'eau froide.

Tout le matériel utilisé doit être parfaitement propre et nettoyé régulièrement dans de l'eau chaude savonneuse, ou au lave-vaisselle, et si possible, séché à l'air libre.

Soyez particulièrement vigilant lorsque vous préparez de la viande ou du poisson : si ces aliments sont au réfrigérateur avant leur utilisation, la température de celui-ci doit être inférieure à 4°C ; celle de la cuisine de préférence à 12°C maximum ; enfin, tous les ustensiles, parfaitement propres, y compris les planches à découper, doivent être nettoyés immédiatement après leur utilisation. Prévoyez des linges ou des essuie-tout jetables pour nettoyer les surfaces.

Présenter ses conserves

Offrir ses conserves maison est un geste personnel et singulier. Vous pourrez donc les présenter de façon originale, à moindres frais, et sans qu'il ne vous en coûte trop d'efforts.

Pour cela :

■ Utilisez des bocaux, des bouteilles et des pots en parfait état, aux formes élégantes, tels que les bocaux droits ou à bords fuselés, les bocaux sans épaulement, les grands bocaux fins, ou petits et ramassés, ou encore en forme de flasque. Prévoyez-en de plusieurs tailles de façon à réaliser différents paquets contenant des conserves variées. Vous pouvez acheter des bouteilles et des bocaux décorés et bon marché dans n'importe quel magasin de vaisselle ou dans une quincaillerie.

■ Fixez un pochoir sur la bouteille ou le bocal, protégez le reste du récipient et les surfaces environnantes puis pulvérisez le pochoir de peinture métallisée pour obtenir un effet gravé.

■ Peignez la bouteille ou le bocal de peinture sur verre ou donnez de l'éclat à un décor existant sur le récipient.

■ Collez des formes aux contours bien dessinés à des objets en rapport avec le contenu, comme des oranges pour un pot de marmelade. Recouvrez le dos du motif choisi d'adhésif, positionnez-le sur le récipient, appuyez puis laissez sécher.

■ Toutes les conserves doivent être correctement fermées. Toutefois vous pouvez décorer le dessus des récipients en leur ajoutant des chapeaux en tissu. Choisissez un motif correspondant au récipient et au message que vous souhaitez faire passer. Vous pouvez choisir du tissu coloré, uni et raffiné, style campagnard, voire un tissu élégant rappelant la soie. Laissez-vous aussi tenter par le papier crêpé métallisé ou le papier ciré en couleur.

■ Vous pouvez découper le tissu servant à recouvrir le couvercle à l'aide de ciseaux à cranter pour décorer les bords, ou les border au point de feston. Nouez l'ensemble à l'aide d'un joli ruban assorti, d'une couleur qui tranche, ou encore d'une ficelle.

■ Réalisez vos étiquettes peintes à la main, en écrivant avec un crayon, un marqueur or ou argent ou un surligneur. Vous pouvez utiliser un stylo spécial tissu ou encore fabriquer vos étiquettes à l'aide d'une carte en papier glacé, colorée et à rabat. Inscrivez le nom, la date de fabrication et la date limite de consommation ou tout autre message particulier, comme la façon dont pourrait être consommée cette conserve ou l'anecdote qui se cache derrière elle.

■ Utilisez du ruban en tissu élégant pour attacher les étiquettes. En faisant glisser le ruban sur une lame de ciseaux, vous obtiendrez des frisettes.

■ Ajoutez à votre cadeau une cuillère ou une soucoupe sur laquelle poser la conserve.








1 méthodes de conservation



Les confitures

Lorsque vous faites de la confiture, la quantité de sucre ajoutée varie en fonction de la teneur en sucre du fruit, mais il faut en principe compter 60 à 65 % du poids de la confiture terminée. Plus elle cuit longtemps, plus vous aurez à ajouter d'eau.

MATÉRIEL

- Bocaux stérilisés (voir page 11)
- Saladier résistant à la chaleur
- Petite assiette ou soucoupe
- Couteau pointu en acier inoxydable (facultatif)
- Planche à découper
- Grand faitout
- Cuillère en bois à long manche
- Thermomètre à sucre (facultatif)
- Cuillère à café
- Plaque à gâteau ou planche en bois
- Écumoire
- Passoire en inox ou en plastique
- Spatule plate en plastique
- Torchon propre et eau chaude savonneuse
- Disques de paraffine et film transparent
- Élastique, ficelle ou couvercles
- Étiquettes

INGRÉDIENTS

- Sucre
- Fruits légèrement verts, sans taches, non lavés de préférence
- Jus de citron (facultatif)
- Noix de beurre doux (facultatif)







1 Placez les bocaux dans le four tiède pour les garder au chaud. Versez le sucre dans un saladier et placez-le également dans le four, puis mettez l'assiette ou la soucoupe au réfrigérateur. Avant de commencer la préparation, assurez-vous que les fruits sont propres et non tachés. Versez les fruits dans le faitout en ajoutant la quantité d'eau nécessaire et faites chauffer.

2 Retirez le faitout du feu et versez-y le sucre chaud. Puis, faites chauffer doucement en mélangeant à l'aide d'une cuillère en bois jusqu'à ce que le sucre ait fondu. Vous pouvez ajouter une noix de beurre pour éliminer l'écume.

3 Augmentez le feu et portez rapidement à ébullition sans remuer, jusqu'au point de cuisson, ce qui devrait prendre entre 10 et 15 minutes. La température doit indiquer 105°C sur le thermomètre à sucre.



5 Enlevez l'écume qui s'est formée en surface à l'aide d'une écumoire. Laissez reposer la confiture pendant une dizaine de minutes avant de remplir les bocaux de façon à ce que les fruits se répandent uniformément et ne remontent pas à la surface du bocal. Préparez et remplissez les bocaux (voir page 11), puis fermez-les avec les disques de paraffine ou la Cellophane (voir page 14).



4 Si vous n'avez pas de thermomètre, retirez le faitout du feu et essayez l'une de ces méthodes : mettez un peu de confiture sur la soucoupe froide et poussez-la doucement à l'aide d'une cuillère sur le bout du doigt. Si la surface forme de petites rides, c'est que la cuisson est terminée. Sinon, versez un peu de confiture sur la cuillère, laissez-la légèrement refroidir puis faites-la couler de nouveau dans le faitout. Si les gouttes coulent le long de la paroi de la cuillère et forment un petit paquet qui se détache nettement lorsqu'il retombe dans le faitout, la confiture est prête.

Les gelées

La méthode et les principes de base pour la réalisation des gelées sont pour ainsi dire les mêmes que pour les confitures. La préparation est cependant plus longue et requiert un peu plus d'attention. Les gelées seront d'autant plus réussies si vous utilisez des fruits riches en pectine (voir page 14) bien que vous puissiez mélanger des fruits pauvres en pectine à d'autres fruits en ayant un taux plus élevé ou si vous utilisez du sucre pour confitures (sucre avec pectine).

MATÉRIEL

- Bocaux stérilisés (voir page 11)
- 2 saladiers résistant à la chaleur dont un grand
- Petite assiette ou soucoupe
- Couteau pointu en acier inoxydable (facultatif)
- Planche à découper
- Grand faitout
- Cuillère en bois à long manche
- Sac à gelée ou triple épaisseur d'étamine
- Un support pour soutenir le sac à gelée
- Thermomètre à sucre (facultatif)
- Cuillère à café
- Plaque à gâteau ou planche en bois
- Louche en inox
- Écumoire résistant à la chaleur
- Spatule plate en plastique
- Torchon propre et eau chaude savonneuse
- Disques de paraffine et film transparent
- Élastique, ficelle ou couvercles
- Étiquettes

INGRÉDIENTS

- Sucre
- Fruits légèrement verts
- Eau

1



2



1 Placez les bocaux dans le four tiède pour les garder au chaud. Versez le sucre dans un saladier et placez-le également dans le four, puis mettez l'assiette ou la soucoupe au réfrigérateur. Avant de préparer votre gelée, assurez-vous que les fruits sont propres et non tachés. Préparez les fruits selon la recette choisie. Il n'est pas nécessaire de les peler, de les dénoyauter ni de les épépiner. Versez les fruits dans le faitout en ajoutant la quantité d'eau nécessaire et laissez frémir doucement jusqu'à ce que les fruits aient ramolli, en remuant de temps en temps à l'aide d'une cuillère en bois pour éviter que la préparation n'attache.

2 Versez de l'eau bouillante sur le sac à gelée ou l'étamine pour bien l'ébouillanter. Nouez le sac à un support et placez un grand saladier dessous. Versez le contenu du faitout dans le sac et laissez égoutter complètement dans un endroit frais pendant 8 à 12 heures.

3 Mesurez la quantité de jus du saladier et reversez-le dans un faitout propre. Ajoutez 450 g de sucre chaud pour 575 ml de jus. Faites chauffer doucement en remuant à l'aide d'une cuillère en bois jusqu'à ce que le sucre ait fondu, puis augmentez le feu et portez rapidement à ébullition jusqu'à ce que la température indique 105°C sur le thermomètre à sucre. Vous pouvez également utiliser l'une des méthodes pour vérifier si la gelée est prête (voir page 23). Évitez de remuer si cela n'est pas nécessaire, ceci afin d'éviter la formation de bulles d'air.





4 Une fois le faitout retiré du feu, ôtez l'écume qui s'est formée à la surface à l'aide d'une écumoire. Si la gelée contient des particules telles que des herbes, laissez-la reposer 10 minutes avant de remplir les bocaux afin qu'elles se répandent uniformément dans la gelée.

5 Préparez et remplissez les bocaux (voir page 11), puis fermez-les à l'aide de disques de paraffine et de film transparent (voir page 14).

Les marmelades

Autrefois, on préparait les marmelades avec une grande variété de fruits, mais de nos jours on ne les fait pratiquement qu'avec des agrumes, le fruit seul ou mélangé à un autre fruit. La principale différence entre la confiture et la marmelade, c'est que le zeste de l'agrume doit être préalablement cuit sans sucre, de façon à le rendre plus tendre et en extraire la pectine.

MATÉRIEL

- Couteau pointu en acier inoxydable (facultatif)
- Planche à découper
- Presse-citron
- Petite pièce de mousseline ou sac à épices
- Ficelle de cuisine
- Bocaux stérilisés (voir page 11)
- Petite assiette ou soucoupe
- Grand faitout inoxydable (inox, émail ou fonte)
- Cuillère en bois à long manche
- Thermomètre à sucre (facultatif)
- Cuillère à café
- Écumoire
- Plaque à gâteau ou planche en bois
- Louche en inox
- Spatule plate en plastique
- Torchon propre et eau chaude savonneuse
- Disques de paraffine et film transparent
- Élastique, ficelle ou couvercles
- Étiquettes

INGRÉDIENTS

- Fruits
- Eau
- Sucre

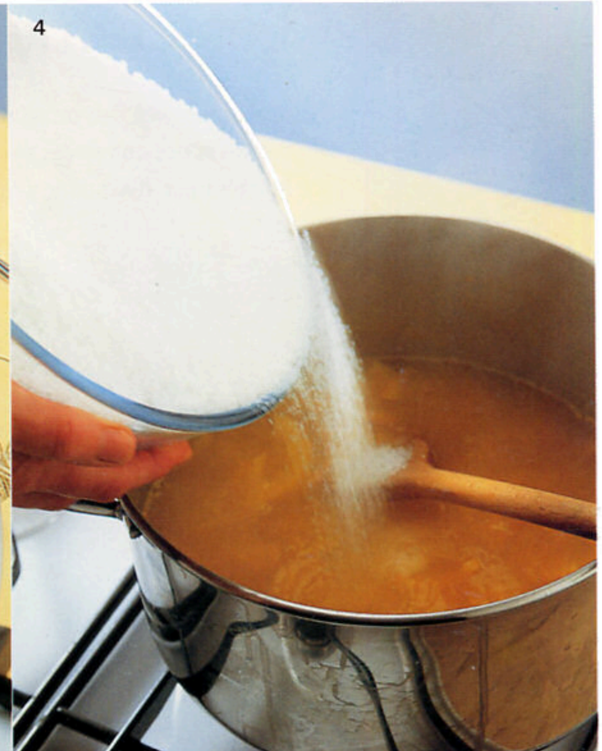




1 Coupez les fruits en deux pour en extraire le jus ; réservez les pépins et la pulpe. Placez-les sur une pièce de mousseline à l'aide d'un long bout de ficelle que vous nouerez pour former un sac.

2 Émincez le zeste des fruits selon l'épaisseur désirée et mettez-le dans le faitout. Mouillez avec le jus des fruits et la quantité d'eau nécessaire. Nouez l'extrémité de la ficelle au faitout de façon à ce que le sac soit suspendu à la préparation. Portez à ébullition puis baissez le feu et laissez mijoter de 2 h à 2 h 30 jusqu'à ce que le zeste soit bien tendre et que le liquide ait suffisamment réduit.







3 Placez les bocaux dans le four tiède pour les garder au chaud et mettez l'assiette ou la soucoupe au réfrigérateur. Hors du feu, retirez le sac en mousseline du faitout et pressez-le fermement contre le bord du faitout pour en extraire le jus. Jetez le sac.

4 Ajoutez le sucre et faites chauffer doucement en mélangeant à l'aide d'une cuillère en bois pour le faire fondre. Portez ensuite à ébullition 10 à 15 minutes, en remuant si nécessaire, jusqu'au point de cuisson (voir page 23). La température doit indiquer 105°C sur le thermomètre à sucre.

5 Une fois le faitout retiré du feu, enlevez l'écume qui s'est formée en surface à l'aide d'une écumoire. Laissez reposer la marmelade pendant 10 minutes puis préparez et remplissez les bocaux (voir page 11) que vous scellerez à l'aide de disques de paraffine et de film transparent (voir page 14).

Les crèmes de fruits

Préparées avec des œufs, du beurre et du sucre, les crèmes de fruits ne sont pas de vraies conserves et ne se gardent pas plus de 2 ou 3 semaines au réfrigérateur. Il est donc préférable de ne réaliser que de petites quantités.

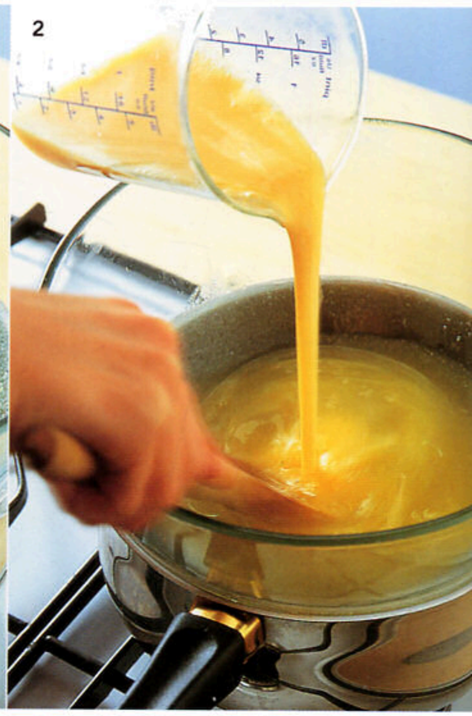
MATÉRIEL

- Bocaux ou pots stérilisés (voir page 11)
- Faitout
- Saladier résistant à la chaleur
- Cuillère en bois
- Tamis
- Plaque à four ou planche en bois
- Louche en inox
- Entonnoir en inox ou en plastique ou verre gradué
- Torchon propre et eau chaude savonneuse
- Disques de paraffine et film transparent
- Élastique, ficelle ou couvercles
- Étiquettes

INGRÉDIENTS

- Eau
- Fruits
- Beurre doux, coupé en dés
- Sucre semoule
- Œufs





1 Placez les bocaux dans le four tiède pour les garder au chaud. Amenez l'eau du faitout jusqu'à frémissement. Versez les fruits, le beurre et le sucre dans un saladier résistant à la chaleur que vous placerez au-dessus du faitout en veillant à ce que le fond du saladier ne touche pas l'eau. Faites chauffer les ingrédients, en remuant de temps en temps à l'aide d'une cuillère en bois, jusqu'à ce que le beurre et le sucre aient fondu.

2 Battez les œufs et filtrez pour enlever le « fil » blanc. Versez dans le bol, mélangez pour bien les incorporer. Prolongez la cuisson à feu très doux 25 à 45 minutes en remuant d'abord souvent, puis régulièrement jusqu'à ce que la préparation ait une consistance suffisamment épaisse pour napper la cuillère. Évitez de faire bouillir sinon le mélange risque de se figer.

3





3 Préparez puis remplissez les bocaux (voir page 11) que vous scellerez ensuite à l'aide de disques de paraffine et de film transparent (voir page 14). Conservez au réfrigérateur.

REMARQUE : la température atteinte pendant la cuisson d'une compote n'est pas suffisamment élevée pour que les œufs cuisent entièrement. Par conséquent, les crèmes de fruits sont déconseillées aux femmes enceintes, aux jeunes enfants, aux personnes d'un certain âge ou les personnes atteintes de déficience immunitaire.

Les pâtes à tartiner aux fruits et les gelées de fruits confits

Les pâtes à tartiner aux fruits et les gelées de fruits confits se préparent de la même façon, à savoir, en cuisant la purée de fruits dans du sucre. Les pâtes à tartiner ont une consistance lisse et rappellent le beurre. La cuisson des gelées de fruits confits est plus longue et la consistance obtenue est si épaisse qu'une fois refroidies, on peut les démouler. Elles se conservent en outre plus longtemps que les pâtes à tartiner.

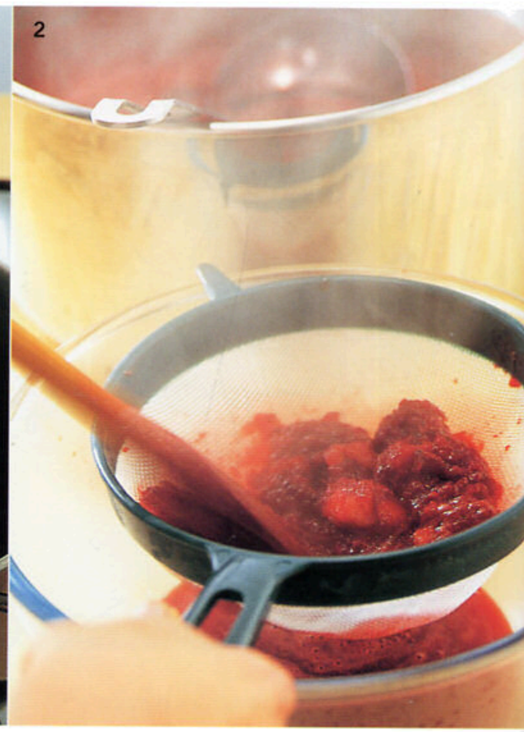
MATÉRIEL

- Bocaux ou pots stérilisés (voir page 11)
- Couteau pointu en acier inoxydable
- Planche à découper
- Faitout inoxydable (inox, émail ou fonte)
- Cuillère en bois
- Plaque à four ou planche en bois
- Verre gradué résistant à la chaleur ou louche
- Torchon propre et eau chaude savonneuse
- Disques de paraffine et film transparent
- Élastique, ficelle ou couvercles
- Étiquettes

INGRÉDIENTS

- Fruits
- Eau
- Sucre semoule

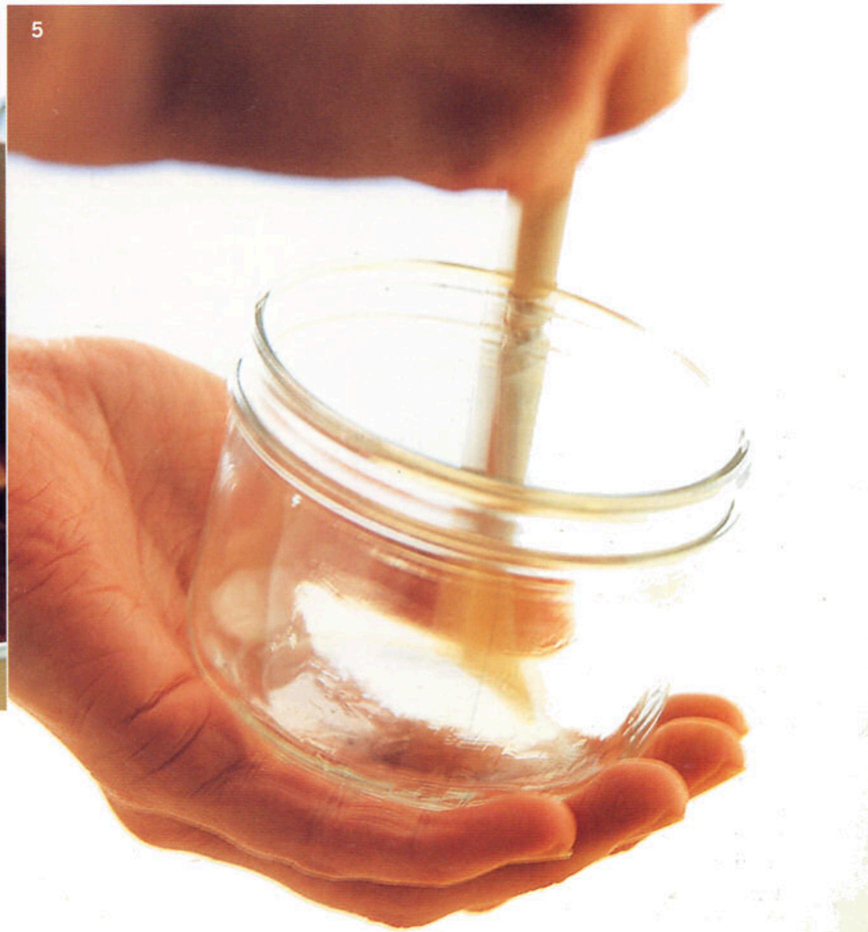




1 Placez les bocaux dans le four tiède afin qu'ils restent au chaud. Vous pouvez utiliser des fruits mûrs, voire trop mûrs ou abîmés, à condition d'enlever les taches. Coupez les fruits en gros morceaux puis mettez-les dans le faitout et ajoutez de l'eau de façon à les couvrir. Portez à ébullition puis laissez frémir jusqu'à ce que les fruits soient très tendres et pulpeux.

2 Passez la pulpe des fruits au tamis et mesurez sa quantité dans le verre gradué pour calculer le volume de sucre nécessaire. Pour une pâte à tartiner, comptez 225 à 250 g de sucre pour 570 ml de purée, pour une gelée, 455 g de sucre pour 570 ml de purée.





3 Versez de nouveau la purée dans un faitout propre avec le sucre et faites chauffer doucement en remuant pour qu'il fonde. Laissez mijoter jusqu'à obtention d'une consistance épaisse, en remuant régulièrement, pour éviter que la préparation n'attache. La pâte à tartiner est prête lorsqu'elle atteint la consistance d'une crème épaisse. La gelée de fruits est prête lorsqu'elle nappe le dos de la cuillère.

4 Pour une pâte à tartiner, transvasez la préparation dans des bocaux ou des pots stérilisés chauds (voir page 11) et scellez à l'aide de disques de paraffine et de film transparent (voir page 14).

5 S'il s'agit d'une gelée de fruits confits, frottez l'intérieur de petits pots, de moules ou de bocaux à bords droits stérilisés d'huile végétale et versez-y la préparation. Ce procédé permet à cette préparation d'être renversée une fois refroidie. Scellez à l'aide de disques de paraffine et de film transparent (voir page 14).



REMARQUE : il n'est pas recommandé de stériliser les compotes de potirons et de courges au bain-marie. Fermez-les plutôt à l'aide de couvercles hermétiques et conservez-les dans votre réfrigérateur 2 à 3 semaines.

Les fruits confits, cristallisés et glacés

Les fruits confits, cristallisés et glacés que l'on achète dans le commerce sont non seulement coûteux mais les fruits utilisés sont souvent peu variés. Chez vous, vous pouvez en préparer de diverses variétés de fruits sans grande difficulté. La préparation est un peu longue mais le résultat en vaut la peine. Utilisez un panier métallisé, si vous en avez un, qui tient dans le faitout, il vous sera alors plus facile d'en retirer les fruits. Vérifiez bien le poids des fruits avant de commencer, celui-ci étant déterminant pour la quantité de sucre à incorporer.

Préparation des fruits confits

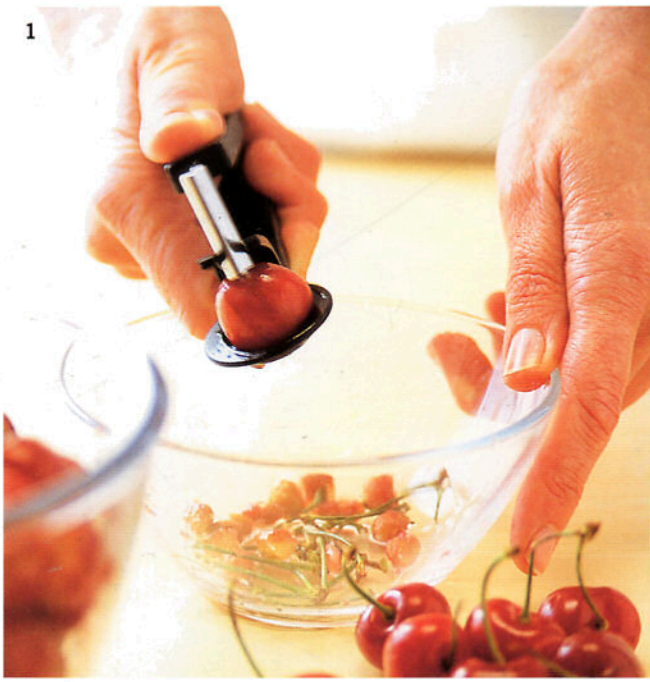
MATÉRIEL

Pour des fruits confits :
- Aiguille, dénoyauteur à cerises ou ciseaux de cuisine pointus
- Balance de cuisine (facultatif)
- Faitout
- Saladier en inox ou en plastique
- Écumoire
- Verre doseur
- Cuillère en bois
- Pinces
- Grille en métal
- Papier aluminium
- Papier sulfurisé

INGRÉDIENTS

- Fruits fermes, mûrs et non abîmés
- Eau
- Pour 450 g de fruits, 625 g de sucre semoule

1



2



1 Préparez les fruits : piquez les abricots, les prunes et les kumquats sur toute la surface : retirez les noyaux des cerises à l'aide du dénoyauteur ; pelez les agrumes (sauf les kumquats) et coupez-les en morceaux en prenant soin d'enlever les membranes blanches et la peau. Pelez les poires, coupez-les en deux puis en lamelles, faites de même pour les pommes et les pêches ; retirez les « yeux » et le cœur des ananas, puis coupez-les en rondelles ou en morceaux.

2 Versez les fruits préparés dans le faitout. Ajoutez juste assez d'eau bouillante pour les couvrir, puis laissez frémir doucement à feu couvert jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Il faut compter 2 à 3 minutes pour les fruits mous et 10 à 15 minutes pour les fermes.

3 À l'aide de l'écumoire, transvasez délicatement les fruits dans un saladier résistant à la chaleur et laissez le liquide de cuisson dans le faitout.

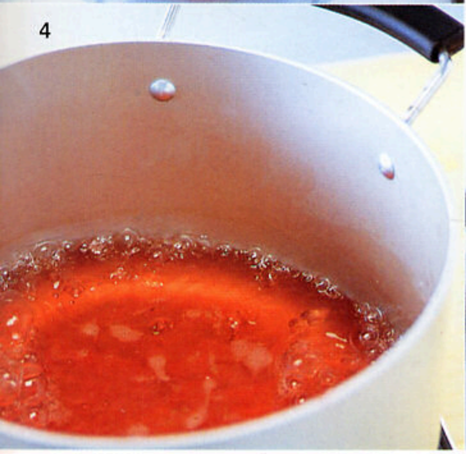
4 Versez 300 ml du jus de cuisson dans un faitout à raison de 450 g de fruits. Ajoutez 175 g de sucre et faites chauffer doucement. Remuez jusqu'à ce que le sucre ait fondu. Augmentez le feu pour porter le sirop à ébullition.

5 Versez le sirop chaud sur les fruits, couvrez et laissez reposer dans un endroit frais pendant une journée. Le lendemain, retirez les fruits du saladier. Ajoutez 50 g de sucre au sirop et faites chauffer doucement, en remuant, jusqu'à ce qu'il ait fondu. Portez ensuite à ébullition puis retirez du feu et remettez les fruits dans le faitout. Couvrez et placez-le dans un endroit frais pendant une journée. Répétez cette opération cinq jours de suite afin d'obtenir au final un sirop bien concentré.

3



4



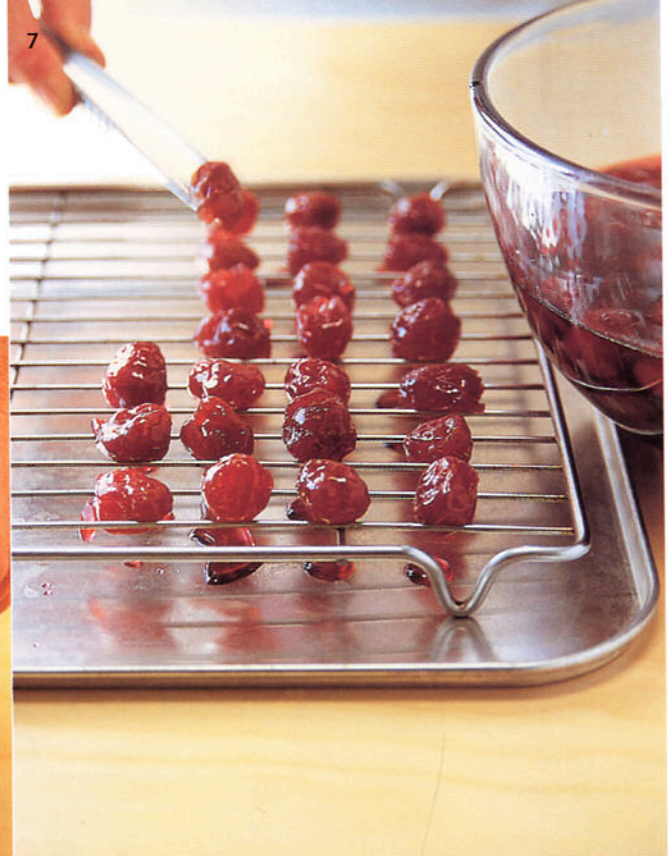
5



Préparation des fruits confits
(suite)



6



7



8

6 Après le cinquième jour, mettez les fruits dans un saladier en inox ou en plastique. Sur feu doux, mélangez six cuillerées à soupe de sucre dans le reste du sirop jusqu'à ce qu'il fonde. Mettez de nouveau les fruits dans le faitout et laissez mijoter doucement 3 à 4 minutes. Versez le sirop et les fruits dans le saladier, couvrez et laissez reposer dans un endroit frais pendant 2 jours. Répétez cette opération mais laissez-le reposer cette fois entre 4 et 15 jours.

7 Retirez les fruits du sirop à l'aide de pinces et transvasez délicatement chaque morceau sur une grille en métal placée sur une plaque pour les faire sécher. Couvrez d'un dôme de papier aluminium, en veillant à ce qu'il ne soit pas en contact avec les fruits, ceci afin de les protéger de la poussière. Laissez reposer dans un endroit chaud et sec 2 à 3 jours, en retournant les morceaux 2 ou 3 fois jusqu'à ce qu'ils soient complètement secs.

8 À l'aide de pinces, disposez les fruits dans les récipients, en posant du papier sulfurisé entre chaque couche.

Préparation des fruits cristallisés (ou pâtes de fruits)

MATÉRIEL

Petit saladier
Faitout
Pinces
Plaque à four
Papier aluminium
Papier sulfurisé

INGRÉDIENTS

Fruits confits
Pour 450 g de fruits confits, prévoir environ 225 g de sucre semoule
Eau bouillante

1 Versez le sucre dans un petit saladier et portez un faitout rempli d'eau à ébullition. Prenez un par un les morceaux de fruits confits secs et plongez-les dans l'eau bouillante avec des pinces.

2 Laissez s'écouler l'excès d'eau puis roulez les fruits dans le sucre. Placez-les sur une plaque tapissée de papier aluminium et laissez sécher.

3 À l'aide de pinces, rangez les fruits dans les récipients avec du papier sulfurisé entre chaque couche.



Préparation des fruits glacés

MATÉRIEL

3 faitouts, 1 grand et 2 petits
Tasse ou petit saladier chaud
Pinces
Boîtes ou récipients adaptés
Papier sulfurisé

INGRÉDIENTS

Fruits confits
Eau
450 g de sucre semoule pour 450 g de fruits confits

1 Dans un petit faitout, faites chauffer 150 ml d'eau avec le sucre et remuez jusqu'à ce qu'il fonde. Faites bouillir une minute puis versez un peu du sirop chaud dans le récipient chaud.

2 Couvrez le sirop. Placez-le au-dessus d'un autre faitout rempli d'eau frémissante afin qu'il reste chaud.

3 Portez un faitout rempli d'eau à ébullition. À l'aide de pinces, plongez les morceaux de fruits dans l'eau bouillante pendant 20 secondes puis posez-les dans la tasse de sirop. Placez-les ensuite sur une grille en métal posée sur une plaque. Lorsque le sirop devient trouble, jetez-le et versez du sirop frais.

4 Couvrez la grille d'un dôme de papier aluminium. Laissez les fruits sécher dans une pièce chauffée 2 à 3 jours, en les retournant.

5 Répartissez les fruits dans les récipients en plaçant du papier sulfurisé entre chaque couche.



Les fruits en bocal

Le traitement à la chaleur a pour avantage de tuer les levures, les moisissures et les micro-organismes et de créer un vide permettant le scellage des préparations. Seuls les fruits acides (y compris les tomates) peuvent être mis en conserve sans risque à l'aide de cette méthode ; il est impossible d'obtenir les températures élevées nécessaires pour stériliser les légumes, la viande et le poisson à moins d'utiliser une marmite à pression. Pour réaliser vos conserves de fruits entiers, disposez les fruits et le sirop de sucre dans le récipient puis stérilisez au bain-marie.

MATÉRIEL

- Couteau en acier inoxydable
- Planche à découper
- Faitout (facultatif)
- Verre gradué résistant à la chaleur
- Bocaux à conserve stérilisés et couvercles en deux morceaux (voir page 11)
- Bain-marie ou grand faitout haut à fond plat muni d'un couvercle
- Pinces
- Planche en bois
- Étiquettes

INGRÉDIENTS

- Fruits mûrs non tachés
- Sucre semoule ou cristallisé
- Liquide : eau ou sirop (voir étape 3) et vin ou alcool (facultatif)
- Aromates, tels qu'épices entières, zestes d'agrumes ou liqueur (facultatif)

1



2



1 Préparez les fruits selon la recette et procédez à la cuisson si nécessaire. Immergez les fruits pâles, comme les poires et les pommes, dans de l'eau acidulée (eau avec un peu de vinaigre ou du jus de citron) si vous ne les préparez pas dans l'immédiat. Rincez-les avant de les mettre en bocal. Un conseil, piquez les peaux des groseilles à maquereau pour les empêcher de se flétrir. Faites tremper la rhubarbe et les fraises dans un sirop de sucre pendant 12 heures.

2 Rangez les fruits, cuits ou crus, le plus serrés possible sans les écraser, jusqu'à 2,5 cm du bord des bocaux stérilisés. Les fruits tels que les groseilles à maquereau et la rhubarbe hachée devant être bien tassés dans le récipient, il faut donc préalablement les cuire. Les tranches de pommes doivent être bien tassées, par conséquent aucun liquide ne doit être ajouté avant ou après la préparation, ceci afin d'empêcher qu'ils ne remontent à la surface du bocal.



3 Préparez un sirop de sucre en faisant chauffer doucement le sucre et les condiments dans l'eau jusqu'à ce que le sucre ait fondu. Puis augmentez le feu et faites bouillir une minute. Pour un sirop léger, prévoyez 115 g et 1 cuillerée à soupe de sucre semoule pour 575 ml d'eau. Versez le liquide chaud dans les bocaux préparés (voir page 11), en laissant un vide de 1,5 cm, puis stérilisez au bain-marie (voir page 16).

Compotes en conserve

Suivez les étapes de base mais versez la purée bouillante et épaisse dans les bocaux stérilisés chauds jusqu'à 1,5 cm du bord. Scellez en suivant les instructions du fabricant puis procédez à la stérilisation (voir page 16). Faites ensuite refroidir normalement.

Sauces et sirops en conserve

1. Placez les bocaux stérilisés dans le four tiède pour qu'ils restent au chaud. Préparez la sauce ou le sirop selon la recette choisie.
2. À l'aide d'un entonnoir, versez la sauce chaude ou le sirop chaud dans les bocaux en laissant un vide de 2,5 cm. Scellez le bocal en suivant les indications du fabricant puis stérilisez-le au bain-marie (voir page 16).

Conserves à l'alcool

L'alcool peut être utilisé tel quel (sous réserve qu'il soit supérieur à 40°) car n'y a aucun risque de prolifération. Par souci d'économie, vous pouvez mélanger l'alcool à un sirop de sucre.

1. Disposez les fruits dans les bocaux stérilisés en saupoudrant chaque couche de sucre.
2. Versez l'alcool dans les bocaux en les remplissant complètement puis faites-les tourner pour évacuer les bulles d'air.
3. Scellez les bocaux et conservez-les dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant au moins deux mois avant de les consommer, de préférence plus longtemps. Secouez les bocaux tous les 2 ou 3 jours au cours du premier mois afin que le sucre fonde.

Conserves à l'huile

Techniquement parlant, l'huile n'est pas un conservateur mais elle protège les aliments qu'elle renferme du contact de l'air. Pour cette raison, les aliments immergés dans l'huile doivent être traités avant d'être cuisinés, en les faisant mariner dans du vinaigre, en les séchant ou en les salant (voir page 53). Les conserves à l'huile ne se gardent pas aussi longtemps que les marinades ou les aliments cuits et il convient de les garder au réfrigérateur.

Vinaigres, huiles et alcools aromatisés

Le vinaigre, l'huile et l'alcool sont parfaits pour faire infuser des aromates ; ils empêchent la prolifération de micro-organismes et absorbent facilement les arômes des autres aliments. Pour fabriquer les vinaigres, des huiles et des alcools aromatisés, rien de plus simple ; il suffit en principe de mettre les condiments dans le bocal et de le remplir du liquide. La préparation est quasiment la même pour chacun. Veillez à utiliser des ustensiles parfaitement propres et stérilisés.

Faites-les infuser avec des herbes fraîches préalablement nettoyées, séchées et légèrement écrasées afin qu'elles libèrent leurs huiles. Fermez soigneusement les bocaux après les avoir remplis. Conservez-les ensuite 2 à 4 semaines dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière avant de les ouvrir, à l'exception des alcools qui vieillissent plusieurs mois. Pendant cette période, vous pouvez les goûter pour vérifier s'ils ont atteint l'arôme souhaité. Lorsqu'ils sont prêts, retirez les condiments.

Les vinaigres aromatisés

On utilise généralement des vinaigres de vin blanc. Les vinaigres non aromatisés se gardent presque indéfiniment même s'il est conseillé de ne pas les garder plus d'une année. Un filet de vinaigre aromatisé dans une soupe, un plat en cocotte ou un ragoût relèvera incontestablement leur saveur. Ils égayent également les vinaigrettes et les mayonnaises. On peut également les mélanger à d'autres ingrédients pour les marinades.

POUR 1 LITRE DE VINAIGRE

Vinaigre au romarin et au citron vert

1 l de vinaigre de vin blanc
Plusieurs brins de romarin frais
2 ou 3 gousses d'ail
1 citron vert finement émincé

Vinaigre de citron au persil

1 l de vinaigre de vin blanc
2 ou 3 gousses d'ail
1 citron vert finement émincé
3 cuillerées à soupe de persil frais haché
Zeste pelé de 2 citrons

Vinaigre aux piments

1 l de vinaigre de vin blanc
350 g de petits piments frais rouges et verts, émincés et épépinés
2 ou 3 gousses d'ail
1 citron vert finement émincé

Vinaigre à l'orange

1 l de vinaigre de vin blanc
Zeste finement pelé et jus de 4 petites oranges
1 cuillerée à soupe de graines de coriandre grossièrement broyées (facultatif)

Vinaigre de framboise

455 ml de vinaigre de vin blanc
450 g de framboises
Environ 115 g de sucre semoule ou cristallisé

1 Mettez les framboises dans un saladier en inox ou en plastique. Ajoutez un peu du vinaigre et écrasez les fruits à l'aide d'une cuiller en bois. Mélangez dans le reste du vinaigre. Couvrez et laissez macérer pendant deux semaines en remuant de temps en temps.

2 Filtrez le vinaigre à travers deux épaisseurs d'étamine au-dessus d'un faitout. Ajoutez le sucre et faites chauffer doucement en remuant jusqu'à ce qu'il ait fondu. Laissez cuire 10 minutes. Laissez refroidir puis mettez la préparation en bocal.

Vinaigre épicé pour marinade

1 l de vinaigre de vin blanc ou rouge
1 cuillerée à soupe de piment de la Jamaïque
2 bâtonnets de cannelle
1 cuillerée à soupe de grains de poivre noir
1 cuillerée à soupe de clous de girofle entiers
2 éclats de macis
2 feuilles de laurier coupées en deux
2 piments rouges séchés, épépinés

1 Mettez tous les ingrédients dans une casserole non réactive, portez à ébullition, laissez légèrement refroidir puis versez le mélange dans des bocaux stérilisés chauds en répartissant bien les épices.

2 Couvrez. Vous pouvez utiliser le vinaigre dès le lendemain, il est toutefois préférable de le garder dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant 2 ou 3 semaines. Si vous le gardez un certain temps, filtrez les épices avant utilisation.

Huiles aromatisées

La qualité et l'arôme de l'huile de base exerçant une influence sur les huiles aromatisées, utilisez une huile faiblement aromatisée de bonne qualité, comme l'huile de colza, d'arachide, de tournesol, de carthame ou une huile d'olive douce. Les arômes de ces huiles ne domineront pas les autres ingrédients contrairement aux huiles plus parfumées comme les huiles d'olive de qualité supérieure et les huiles de noix. N'utilisez pas les huiles végétales et les huiles de maïs, car leur saveur est plus corsée. Choisissez de petites bouteilles et conservez-les dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière car l'huile rancit assez rapidement, surtout après avoir été ouverte. Bien conservées, vous pouvez les garder non ouvertes 3 à 6 mois.

Utilisez une huile aromatisée pour faire une vinaigrette, une mayonnaise, des sauces à base d'huile, ou pour assaisonner les légumes cuits, badigeonner les aliments avant de les griller ou de les rôtir, et même pour faire revenir certains aliments. Répartissez-en quelques gouttes sur du bon pain croustillant que vous mangerez tel quel, c'est un régal.

POUR ENVIRON 1 LITRE D'HUILE

Huile aux herbes et au safran

1 l d'huile d'olive

150 ml d'huile de noix

1/2 cuillerée à café de pistils de safran

2 brins de romarin frais

2 brins d'estragon frais

2 feuilles de laurier

Enveloppez le safran dans un petit morceau de papier aluminium et faites chauffer doucement dans une poêle lourde pendant 3 minutes. Retirez le safran de l'aluminium, mettez-le dans une bouteille stérilisée et ajoutez le reste des ingrédients.

Fromages de chèvre à l'huile

Huile d'olive

8 petits crottins de fromage de chèvre (crottins de Chavignol) d'environ 65 g chacun

2 feuilles de laurier

3 brins de thym frais

1 brin de romarin frais

6 grains de poivre noir

1 Mettez le fromage, les herbes et les grains de poivre dans un grand pot à large ouverture. Versez délicatement l'huile et recouvrez complètement.

2 Fermez hermétiquement les bocaux et conservez-les au réfrigérateur pendant 2 à 3 semaines. Ils se conservent de 6 à 8 semaines.

Alcools aromatisés

La préparation consiste à déposer l'aromate et le sucre dans une bouteille à goulot large puis à verser l'alcool utilisé, gin ou eau-de-vie par exemple. Fermez ensuite les bouteilles et conservez-les dans un endroit à l'abri de la lumière pendant au moins trois mois en prenant soin de les secouer de temps en temps au cours des deux premières semaines. Les alcools continuent de se bonifier au fils des ans. Vous pouvez au choix laisser les condiments dans les bouteilles ou les retirer à l'aide d'un tamis non réactif une fois qu'ils ont suffisamment infusé.

Eau-de-vie aromatisée aux mûres

POUR ENVIRON 1,5 LITRES D'ALCOOL

1 kg de mûres

115 g de sucre cristallisé

75 cl d'eau-de-vie

Écrasez grossièrement les mûres à l'aide d'une cuillère en bois avant de les verser dans une bouteille à large ouverture. Ajoutez ensuite l'eau-de-vie.

Vin à l'orange

POUR 1 LITRE D'ALCOOL

Zeste finement pelé de 2 grosses oranges

250 g de sucre cristallisé ou semoule

1 l de vin blanc sec

115 ml d'Armagnac ou d'eau-de-vie

Mettez en bouteille puis fermez. Filtrez après 2 ou 3 semaines. Le vin est ensuite prêt à être consommé.

Liqueur d'abricots

POUR 1,5 LITRE D'ALCOOL

Environ 250 g d'abricots secs grossièrement hachés

500 ml de vin blanc sec

150 ml de miel clair

150 ml d'eau-de-vie

Faites macérer les abricots dans le vin dans un saladier non réactif pendant 12 heures. Versez le contenu du saladier dans une casserole, faites frémir doucement et mélangez jusqu'à ce que le miel fonde. Retirez du feu, couvrez et conservez dans un endroit frais, sauf au réfrigérateur, pendant trois jours, en remuant de temps en temps. Filtrez, ajoutez l'eau-de-vie et mettez en bouteille. Conservez-les 2 à 3 mois avant de les ouvrir.

Les marinades

Les marinades, douces ou épicées, sont préparées avec des fruits et des légumes qui ont été conservés dans du vinaigre. Les légumes peuvent être marinés crus ou cuits. La plupart des légumes crus doivent être préalablement saumurés ou salés afin de les faire dégorger et permettre au vinaigre de mieux pénétrer les aliments. Lorsque les fruits et les légumes sont cuits (la cuisson favorisant l'élimination de l'excès d'eau), il n'est pas nécessaire d'ajouter du sel.

MATÉRIEL

Couteau pointu en acier inoxydable
Planche à découper
Assiette lestée (facultatif)
Saladier non réactif (facultatif)
Grand faitout inoxydable (inox, émail ou fonte)
Morceau d'étamine ou de gaze (facultatif)
Long bout de ficelle (facultatif)
Cuillère en bois à long manche
Papier absorbant ou torchons
Bocaux stérilisés (voir page 11)
Plaque à four ou planche en bois
Louche résistant à la chaleur ou verre gradué
Entonnoir en inox ou en plastique
Torchon propre et eau chaude savonneuse
Bocaux propres à large ouverture, chauds
Papier sulfurisé
Couvercles antiacide

INGRÉDIENTS

Fruits ou légumes
Sel (facultatif)
Épices
Vinaigre
Sucre cristallisé ou brun (facultatif)





1 Préparez les légumes ou les fruits selon la recette choisie. Pour les légumes crus : disposez-les en couches, en les saupoudrant de sel puis couvrez avec une assiette et laissez macérer toute la nuit ; sinon, recouvrez complètement et faites tremper les légumes dans une saumure forte (voir page 53). Posez une assiette lestée sur la préparation de façon à immerger les légumes. Laissez macérer toute la nuit.

Pour les fruits et les légumes cuits qui seront marinés, préparez-les selon la recette. Égouttez bien et laissez ensuite sécher.

2 Préparez le vinaigre de la marinade selon la recette indiquée. Laissez-le ensuite refroidir. Vous pouvez laisser ou enlever les épices selon l'intensité des arômes souhaitée. S'il s'agit de légumes crus, enlevez l'excédent de sel sous l'eau froide, essuyez-les bien à l'aide d'un torchon propre et faites-les sécher complètement sur un linge propre et sec. Pour les légumes crus trempés dans une saumure, égouttez-les, rincez les ingrédients sous l'eau froide puis faites-les sécher complètement sur un linge sec et propre.

3 Posez les bocaux stérilisés sur une plaque à four ou une planche en bois. Rangez les légumes dans les bocaux jusqu'à environ 2,5 cm du bord. Tassez bien les aliments de façon à éviter les poches d'air tout en vous assurant que le vinaigre puisse s'écouler entre eux.

4 Selon le type de marinade choisie, que vous souhaitiez que les ingrédients soient tendres ou croquants, ou si la recette l'indique, utilisez le vinaigre de la marinade froid ou portez-le à ébullition avant de le verser dans les bocaux préalablement préparés (voir page 11) en laissant un vide de 1,5 cm. Faites tourner les bocaux pour éliminer les éventuelles bulles d'air. Si les légumes marinés ont tendance à flotter en surface, placez du papier sulfurisé sur les bocaux que vous enlèverez au bout de quelques semaines. Couvrez les bocaux de couvercles antiacide (voir page 11). Conservez les marinades, à l'exception du chou rouge (voir page 115), dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant 2 à 3 mois avant de les consommer.

3



4



Les marinades de poisson

On donne divers noms au poisson gras mis en conserve ou qui a mariné dans un vinaigre ou toute autre substance acide comme le jus de citron vert, selon la partie du monde dans laquelle on se trouve. En Grande-Bretagne, on parle de harengs marinés ou rollmops. Les Américains du Sud préparent le seviche et les Espagnols lui ont donné le nom d'escabèche, recette qui consiste à cuire le poisson dans l'huile avant de le faire mariner dans le vinaigre ou le jus de citron.

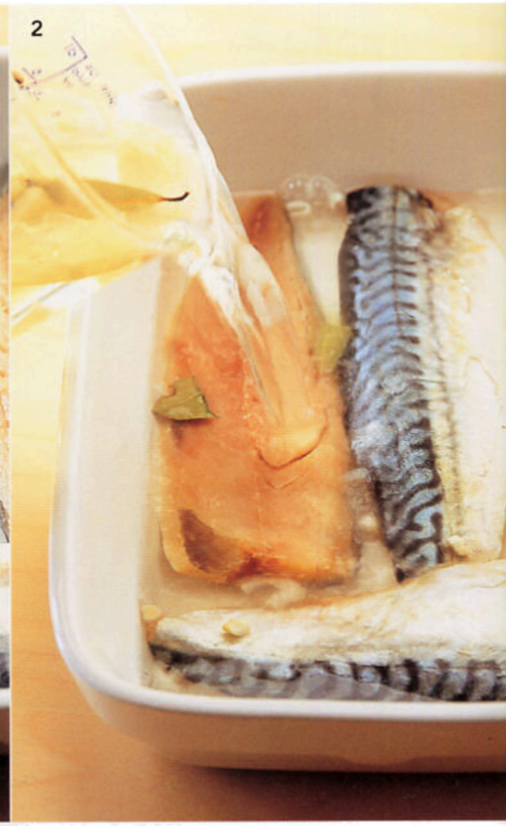
MATÉRIEL

- Couteau pointu en acier inoxydable
- Planche à découper
- Verre gradué
- Papier sulfurisé

INGRÉDIENTS

- Aliments à faire mariner





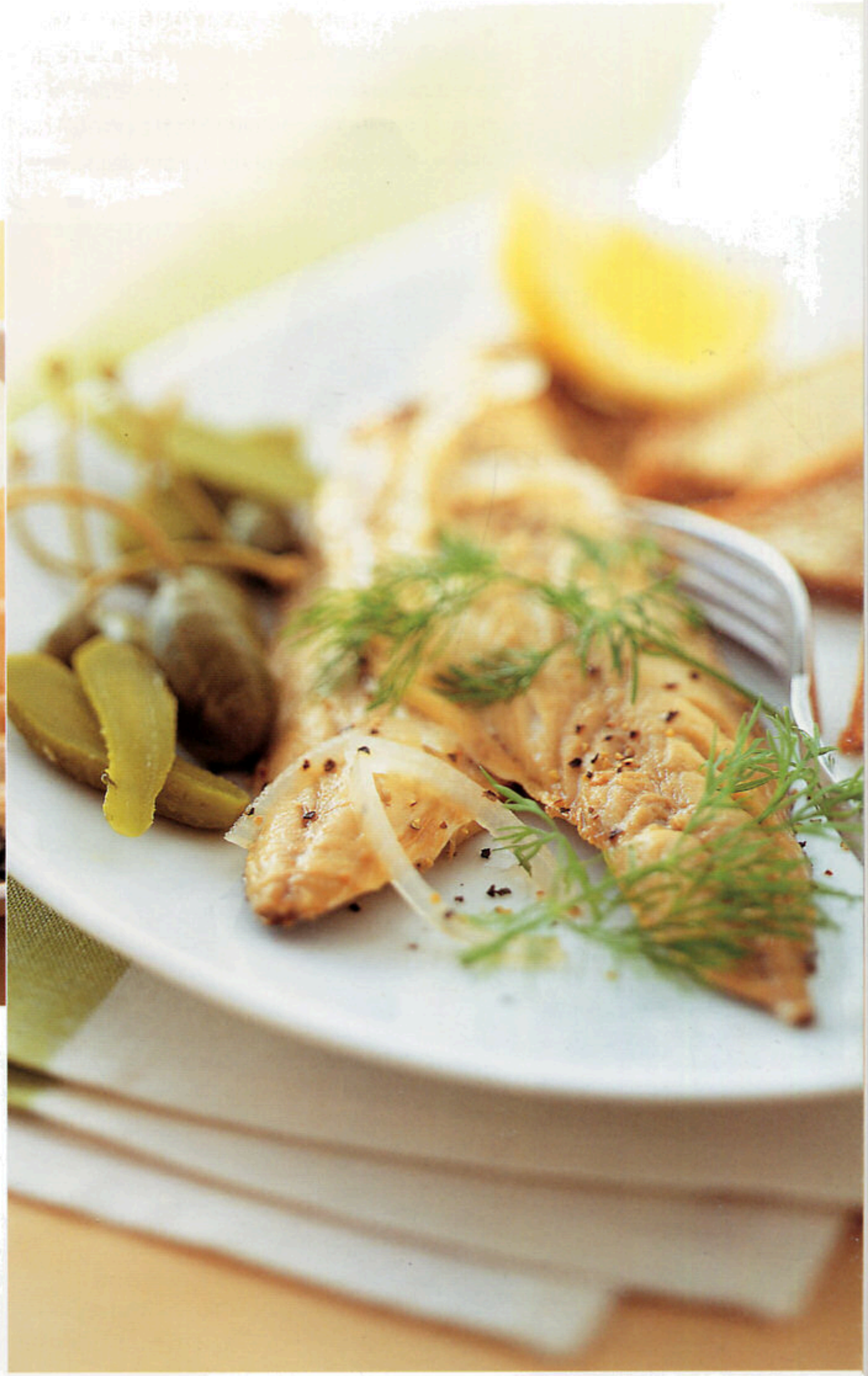
1 Lavez le poisson, coupez les nageoires et jetez les têtes. Placez-le ensuite dans un grand plat.

2 Versez le liquide de la marinade, préparée selon la recette choisie, sur le poisson.



3 Recouvrez le plat de plusieurs feuilles de papier sulfurisé et faites cuire au four à 160°C jusqu'à ce que le poisson soit bien tendre, entre 1 h 15 et 1 h 30 pour les filets de maquereau.

4 Laissez refroidir le poisson dans le liquide. Conservez-le ensuite, à couvert, dans le réfrigérateur pendant 2 ou 3 jours.



Les chutneys

Le chutney est un mélange de fruits et de légumes hachés et cuits dans du vinaigre, du sucre et des épices. Il mijote lentement jusqu'à ce que les ingrédients aient ramolli et que le liquide se soit pratiquement évaporé. Pour vérifier la cuisson, il suffit de passer une cuillère au fond de la casserole : le chutney est prêt lorsqu'il nappe le dos de la cuillère. Selon les ingrédients utilisés, la plupart des chutneys ont des saveurs aigres-douces, salées ou épicées.

MATÉRIEL

- Couteau pointu en acier inoxydable
- Planche à découper
- Petit morceau d'étamine à fromage ou sac à épices (facultatif)
- Long bout de ficelle (facultatif)
- Cuillère en bois à long manche
- Plaque de cuisson ou planche en bois
- Louche résistant à la chaleur ou verre gradué
- Entonnoir en inox ou en plastique
- Torchon propre et eau chaude savonneuse
- Bocaux stérilisés, chauds (voir page 11)
- Disques de paraffine
- Couvercles antiacidité
- Étiquettes

INGRÉDIENTS

- Légumes
- Fruits (frais ou secs)
- Vinaigre
- Épices
- Sucre

1



2



1 Préparez les fruits et les légumes ; coupez-les en petits morceaux et versez-les dans la casserole avec le vinaigre et les épices. Si vous utilisez un sac à épices, placez ces dernières dans un petit morceau d'étamine à fromage que vous nouerez à l'aide de ficelle, puis fixez-en l'extrémité au manche de la casserole de façon à ce que le sac soit suspendu au-dessus du mélange. Portez à ébullition et laissez cuire entre 30 min et 1 h 30 à découvert. Remuez de temps en temps.

2 Sur feu doux, remuez le sucre jusqu'à ce qu'il ait fondu puis portez de nouveau à ébullition et laissez cuire jusqu'à consistance épaisse. Relevez le sac d'épices, pressez-le contre la paroi de la casserole pour en extraire le jus. Jetez ensuite le sac. Le chutney est prêt lorsqu'il atteint une consistance épaisse et qu'il nappe le dos de la cuillère. Le mélange continuera d'épaissir après avoir reposé.





3 Préparez puis remplissez les bocaux (voir page 11). Scellez à l'aide de disques de paraffine et de couvercles antiacide (voir page 14). Conservez-les dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant au moins six semaines.

Les confits

On peut mettre en conserve la viande, la volaille, le gibier et le poisson en versant une couche de graisse fondue sur la surface. C'est un bon moyen de les fermer hermétiquement et d'empêcher ainsi le contact des aliments avec l'air. On peut ainsi préparer des rillettes de viande, des confits et des pâtés. Tous les ustensiles utilisés pour la préparation doivent être parfaitement propres de façon à ne pas abîmer les aliments. Conservés dans un endroit froid, ils peuvent se garder 3 à 4 semaines selon la recette. Lorsque la graisse se brise, il faut impérativement les consommer dans les 24 heures.

Préparation des plats cuisinés

La viande, la volaille, le gibier et le poisson sont sautés à la poêle ou cuits au four, avant d'être disposés serrés dans des pots (ou terrines) puis scellés à l'aide de graisse.

MATÉRIEL

- Marmite, cocotte
- Fourchettes, robot ou mixeur selon la recette
- Petits récipients stérilisés, tels que ramequins en terre cuite, plats individuels à soufflé

INGRÉDIENTS

- Ceux indiqués dans la recette choisie
- Graisse



1 Faites cuire lentement et entièrement les aliments selon la recette choisie. La cuisson permet d'éliminer l'excès d'eau et de graisse.



2 Retirez le liquide et la graisse ; réservez la graisse.



3 Réduisez les aliments en purée ou émincez-les selon la recette choisie.

4 Rangez les aliments dans les récipients en veillant à ne pas laisser se former des poches d'air. Lissez la surface puis mettez-les au réfrigérateur pendant 3 ou 4 heures jusqu'à ce qu'ils aient complètement refroidi.

5 Faites chauffer la graisse à feu doux puis versez-la sur les aliments de façon à former une couche d'au moins 1,5 cm d'épaisseur en surface. Laissez reposer le tout dans un endroit froid.

6 Fermez le récipient et conservez-le au réfrigérateur pendant 3 à 4 semaines selon la recette choisie..

5



4





MATÉRIEL

Peut varier selon la recette choisie

Terrine allant au four en terre cuite ou plat

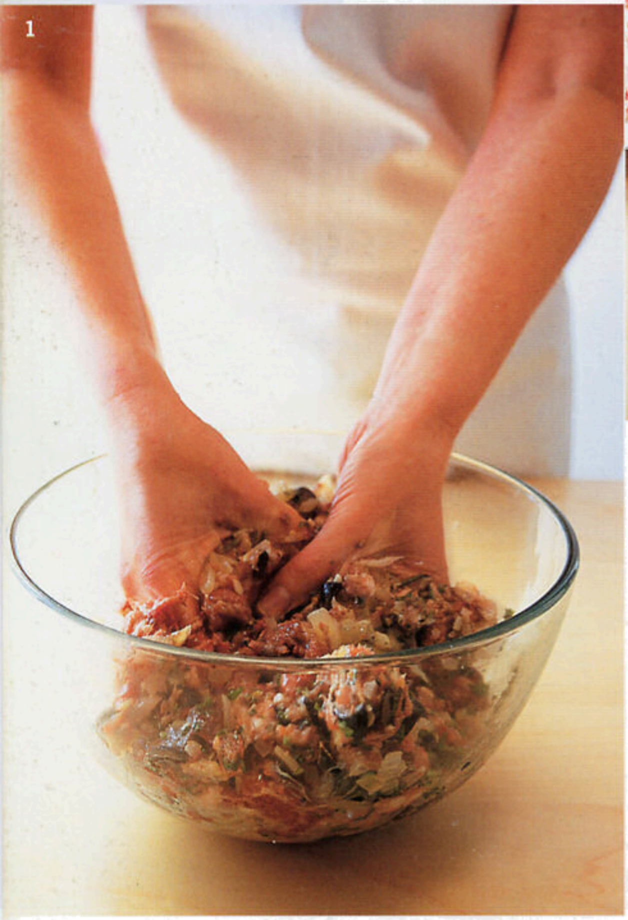
INGRÉDIENTS

Aliments indiqués dans la recette choisie

Les pâtés

La viande, la volaille, le gibier ou le poisson sont cuits dans le récipient. Les pâtés vendus dans le commerce contiennent parfois des conservateurs qui leur permettent de se conserver plus longtemps.

1 Préparez les ingrédients selon les indications de la recette.







2 Tapissez l'intérieur de la terrine de graisse de porc ou de lard.

3 Disposez les aliments dans la terrine en les poussant bien vers les bords pour qu'il n'y ait aucune poche d'air. Tapez le récipient sur le plan de travail de façon à éliminer l'air qui aurait pu s'infiltrer.

4

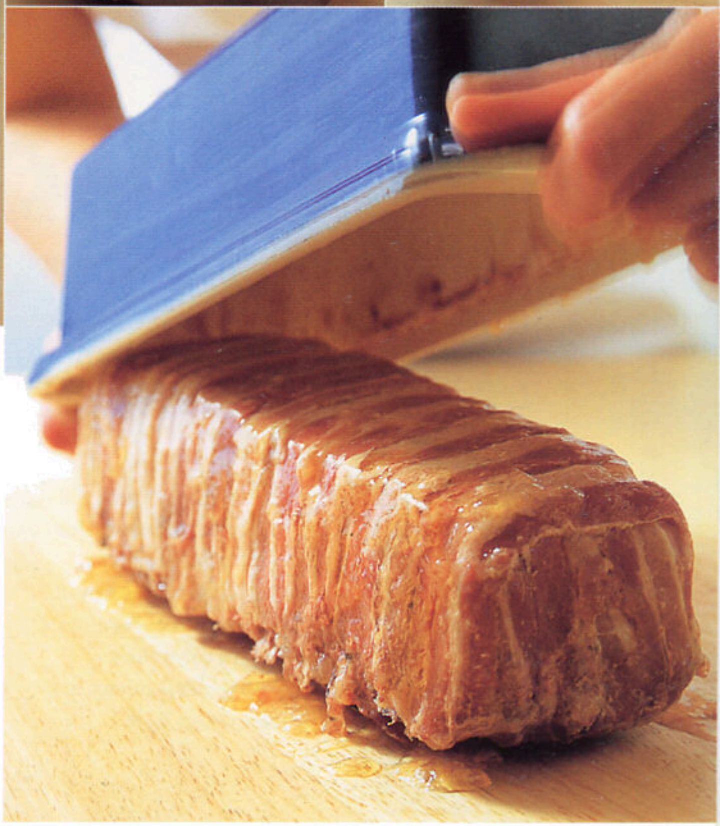


5



6





4 Disposez des lanières de graisse au-dessus de la préparation de façon à recouvrir le pâté. Posez un couvercle sur le plat ou recouvrez de papier aluminium. Percez un trou en surface pour permettre à la vapeur de s'échapper.

5 Posez la terrine dans un plat à rôtir, placez-la sur la grille du four puis versez de l'eau jusqu'à la moitié du plat. Faites cuire selon la recette choisie jusqu'à ce que le pâté se rétracte et que la graisse coule sur les bords. Retirez alors le plat du four et laissez-le refroidir.

6 Couvrez le pâté refroidi de papier aluminium. Placez des poids au-dessus du plat et laissez refroidir au réfrigérateur pendant au moins 24 heures. Consommez la terrine dans les 3 jours.

Séchage des aliments

On a toujours utilisé le soleil ou le vent pour conserver plus longtemps les fruits, les légumes, les fèves, les viandes, les saucisses et les poissons. Aujourd'hui, on emploie surtout des procédés industriels pour sécher les aliments. Chez soi, on se limite à certains fruits, légumes et herbes ou à des aromates comme le zeste d'orange. Pour sécher les viandes, les saucisses ou le poisson, il est nécessaire d'observer quelques règles de base. Le soleil et le séchage en extérieur donnent certes aux aliments de meilleures saveurs, mais le climat de chez nous ne s'y prêtant pas forcément (manque de chaleur, pollution, températures plus humides), nous devons recourir au four ou à l'air ambiant pour les faire sécher.

Séchage au four

Les aliments n'auront pas forcément l'aspect de la plupart des produits industriels, puisqu'il s'agit souvent de variétés spécifiques traitées de façon à ce qu'elles ne se décolorent pas.

MATÉRIEL

- Couteau aiguisé en acier inoxydable
- Planche à découper
- Grille en métal
- Papier aluminium
- Papier sulfurisé

INGRÉDIENTS

- Aliments à faire sécher







1 Choisissez des ingrédients fermes de bonne qualité qui ne soient pas abîmés. S'il s'agit de fruits, choisissez-les juste mûrs et pelez-les si besoin est, puis retirez noyau, pépins ou cœur. Les légumes à racines et les tubercules sèchent en général mieux que les feuilles ou les tiges.

2 Émincez puis faites blanchir les légumes à l'exception des tomates, des poivrons, des gombos, des champignons, des betteraves et des oignons. Enlevez ou coupez légèrement les pieds des champignons. Coupez les pêches et les prunes en deux.

3 Plongez les aliments qui se décolorent, comme les pommes et les poires, dans un litre d'eau et six cuillerées à soupe de jus de citron.

Temps de séchage au four

Rondelles de pommes	6 à 8 heures
Abricots coupés en deux et dénoyautés	36 à 48 heures
Bananes épépinées et coupées dans le sens de la longueur	10 à 16 heures
Baies entières	12 à 18 heures
Cerises dénoyautées	18 à 24 heures
Herbes nouées en bouquets	12 à 16 heures
Pêches pelées, coupées en deux et dénoyautées	36 à 48 heures
Pêches pelées, coupées en deux et émincées	12 à 16 heures
Poires pelées, coupées en deux et sans le cœur	36 à 48 heures
Ananas sans le cœur et coupé en rondelles de 5 mm	36 à 48 heures
Prunes coupées en deux	18 à 24 heures
Légumes coupés en lamelles de 5 mm	2 heures
Légumes coupés en lamelles de 1,5 cm	7 à 8 heures

4 Posez une grille sur une plaque à four tapissée d'aluminium. Disposez les aliments sur la grille en laissant un peu d'espace entre chaque morceau. Posez les fruits coupés en deux face coupée sur la grille. Faites chauffer le four à la température minimum (ne pas dépasser 60°C). Glissez la grille dans le four et laissez la porte entrouverte.

5 À mi-parcours, retournez les aliments. Si vous utilisez plusieurs plaques, changez-les souvent de place. Laissez les aliments dans le four jusqu'à ce qu'ils soient secs et qu'ils aient l'aspect du cuir.



6 Laissez refroidir les aliments avant de les disposer en couches entre des feuilles de papier sulfurisé dans des récipients hermétiques. Conservez dans un endroit frais, si ce n'est dans le réfrigérateur.

Séchage à l'air

1 Préparez les fruits ou les légumes et traitez-les pour empêcher la décoloration si nécessaire (voir page de gauche, photo n° 3).

2 Enfilez les aliments sur des bâtons fins en les ficelant à l'aide de fil épais et prenez soin de les séparer correctement de façon à laisser l'air circuler entre les morceaux. Disposez-les sur du papier de cuisson dans un plat allant au four.

3 Laissez reposer dans un endroit chaud et sec (pas une cuisine embuée), par exemple au-dessus d'une chaudière. Les aliments sont prêts lorsqu'ils sont séchés et flétris.

Sécher les herbes à l'air

Les herbes à feuilles fermes, comme le thym et le romarin, sèchent plus facilement que les herbes molles ou charnues comme le basilic.

1 Choisissez des herbes juste avant leur floraison. Cueillez-les le matin dès que la rosée a disparu mais avant que le soleil ne soit trop chaud. Si vous séchez des herbes en bouquets, cueillez de préférence des tiges longues.

3


5


1


2 Pour le séchage en ballots, nouez les herbes sans trop serrer en petits bouquets à l'aide de fil épais et suspendez-les dans un endroit chaud et sec à l'abri de la lumière directe. Le séchage prend environ trois jours.

3 Vous pouvez aussi étaler les herbes sur une grille métallisée recouverte d'étamine (ce qui permet à l'air de circuler) puis les placer dans une armoire chauffée 3 à 5 jours.

4 Les herbes peuvent également être séchées dans des sacs en papier percés de quelques trous. Laissez-les sécher ensuite dans un endroit chaud et sec pendant trois jours.

5 Les herbes sont séchées lorsque les tiges et les feuilles sont friables tout en conservant leur couleur verte et qu'elles s'émiettent facilement. Vous pouvez garder les tiges et les feuilles intactes ou retirer les feuilles et conserver le tout dans un récipient hermétique dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière.

Comment utiliser un déshydrateur ?

Si vous envisagez de sécher de grandes quantités, il peut être utile de vous procurer un déshydrateur. Il s'agit d'un appareil coûteux mais rentable, efficace, maniable et simple d'utilisation. Consultez la notice du fabricant pour obtenir des informations.

1 Disposez les aliments, en les espaçant légèrement sur les plaques empilables.

2 Mettez le thermostat en marche. Insérez ensuite les plateaux dans l'appareil et mettez le couvercle. Laissez sécher le temps nécessaire. Il n'est pas indispensable de changer les plaques de place pendant le processus.

3 Retirez les plateaux du déshydrateur et laissez refroidir complètement les aliments avant de les ranger pour les conserver.

Salaison

Cette méthode consiste à imbiber des aliments de sel ou à les immerger dans une solution salée appelée saumure, de façon à éliminer toute l'eau contenue dans les produits, et éviter ainsi la prolifération de bactéries. Aujourd'hui, les aliments sont moins salés qu'avant et ne se conservent pas aussi longtemps. Ainsi, il est indispensable de respecter certaines règles d'hygiène et de maintenir la pièce aérée à une température comprise entre 3 et 5° C.

MATÉRIEL

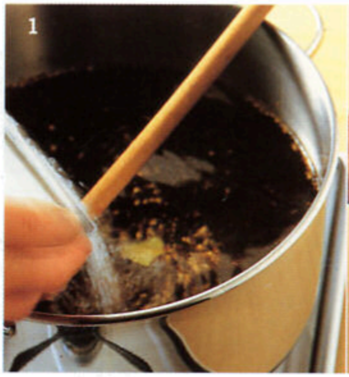
- Faitout inoxydable (inox, émail ou fonte)
- Écumoire en inox ou en plastique
- Verre gradué
- Cruche en grès haute ou récipient similaire inoxydable qui contiendra les aliments
- Assiette au diamètre correspondant à celui du plat
- Balance inoxydable

INGRÉDIENTS

- Sel de mer
- Sucre (facultatif, selon la recette)
- Aromates, telles qu'herbes et épices, selon la recette
- Aliments à saler

Saumurage

Pour conserver de la viande sans salpêtre, la saumure doit être de 10°C sachant que l'on peut utiliser chez soi des solutions moins concentrées pour obtenir des viandes salées à cuisiner tout de suite. La viande n'aura toutefois pas la couleur rose de celles qui sont vendues dans le commerce. Le temps du saumurage dépend non seulement de la taille et de la forme des aliments, mais aussi du degré de salaison souhaité.


1


2


3

1 Préparez une saumure en mélangeant dans un récipient non corrosif 750 g de sel dans 2,75 l d'eau à l'aide d'une cuillère en bois. Ajoutez 300 g de sucre brun ramolli et des condiments selon la recette choisie, par exemple, 2 cuillerées à soupe de baies de genièvre broyées, 3 feuilles de laurier et quelques brins de thym. Écumez la surface et laissez refroidir la saumure avant de la passer au tamis.

2 Mettez les aliments à saumurer dans le plat. Versez ensuite la saumure froide en veillant à ce que tous les aliments soient recouverts. Couvrez avec une assiette. Au besoin, lestez l'assiette pour que les aliments soient bien immergés.

3 Laissez mariner dans un endroit frais, sec, bien aéré ou dans le réfrigérateur pendant le temps nécessaire. Vérifiez quotidiennement que la saumure est toujours « douce », qu'elle ne dégage aucune odeur et qu'elle conserve sa consistance visqueuse.

4 Retirez les aliments de la saumure et rincez bien. Vous pouvez ensuite les cuisiner.

Salage à sec

MATÉRIEL

Cruche en grès haute ou récipient similaire non réactif qui contiendra les aliments

Cuillère en bois

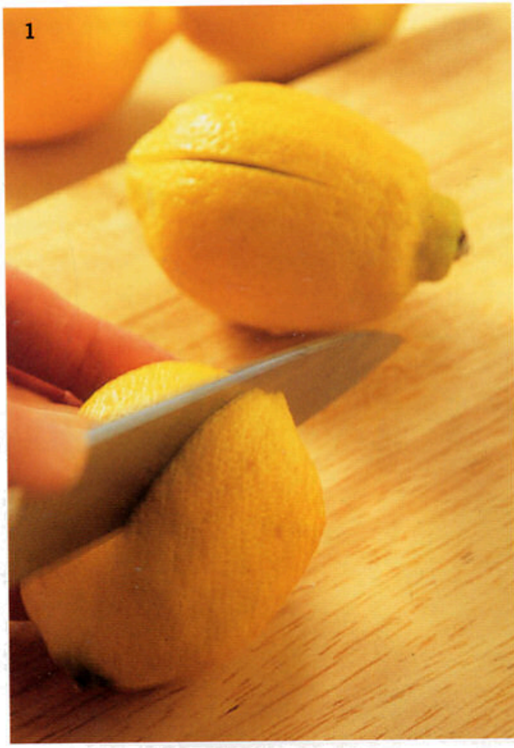
INGRÉDIENTS

Aliments à saler

Sel

Aromates, telles qu'herbes et épices, selon la recette

1



2



1 Préparez les aliments comme indiqué dans la recette.

2 Mélangez le sel et les condiments. Nappez le fond du plat d'une couche épaisse de sel.

3 Posez les aliments sur le sel. Versez également du sel entre les aliments et sur les bords du plat. Recouvrez le tout d'une couche épaisse de sel.

4 Laissez dans un endroit frais et sec, ou dans le réfrigérateur, pendant le temps nécessaire, selon la taille et l'épaisseur des aliments et du degré de salaison souhaité. Certaines recettes suggèrent de frotter les aliments de sel.



5 Pour servir, égouttez bien les produits.

REMARQUE : s'il s'agit de viande salée, enlevez tout le sel et suspendez-la dans une pièce froide, sèche, bien aérée et sans insectes afin qu'elle sèche, avant de la mettre au réfrigérateur. Pour cuisiner la viande tout de suite, trempez-la dans de l'eau froide pendant toute une nuit puis égouttez. Mettez la viande dans un grand faitout, recouvrez-la d'eau et ajoutez un bouquet garni, des brins de persil, des oignons en quartiers, des carottes hachées et quelques baies de genièvre. Portez à ébullition puis laissez mijoter doucement pendant 25 à 30 minutes pour un poids de viande de 450 g, en rajoutant de l'eau si besoin est. Servez chaud ou froid (laissez-la refroidir dans le liquide dans un endroit froid).

Comment fumer le jambon ?

Le jambon n'est pas un produit unique que l'on fabrique toujours de la même façon. Le prosciutto italien est en effet très différent du jambon de la Forêt-Noire. Le jambon provient des cuisses de cochons d'élevage, et si la plupart du jambon marine dans le sel, l'arôme dépend notamment du mode d'élevage, de l'âge et du régime alimentaire du cochon. Il dépend également du type de salaison (dans une saumure ou emballé à sec), du temps de salaison et du vieillissement, du fait que le jambon soit fumé ou séché à l'air, du bois utilisé pour le fumage et même de l'air ambiant.

On utilise en général deux méthodes : le salage dans une saumure douce dans laquelle la viande est immergée ou le salage par injection, qui consiste à injecter la saumure dans la chair. On utilise parfois les deux méthodes à la fois pour accélérer le processus. Le salage à sec, qui implique de frotter régulièrement la surface de la viande avec du sel, est un procédé lent et exigeant, et par conséquent, coûteux. La quantité de sel utilisée est toutefois moindre et le produit fini est de meilleure qualité. Dans un cas comme dans l'autre, on ajoute souvent des conservateurs comme le salpêtre (nitrate de potassium), ce qui lui donne sa couleur rose, des herbes, des épices et d'autres aromates comme le vin. Vous pouvez également utiliser du miel, du sucre brun ou de la mélasse.

Une fois que le jambon a atteint le degré de salaison souhaité, on retire le surplus de sel. À ce stade, le jambon peut être vendu tel quel, fumé en totalité ou en partie, séché à l'air ou les deux à la fois. Le temps de fumaison et la méthode choisis varient selon la région ou le pays : on peut le fumer dans de la cendre de bois, le suspendre dans un endroit frais, sec, et aéré sans le fumer, ou encore le fumer sur du bois parfumé, comme le chêne, le noyer blanc ou le bois d'arbres fruitiers.

Il existe deux types de jambon, le jambon cru, comme le prosciutto ou le jambon de Bayonne ou de Westphalie, et le jambon cuit, tel que le jambon de York et celui de Smithfield, que l'on fait cuire dans un bouillon ou au four avant de le déguster.

Fumaison

Cette méthode permet d'empêcher la prolifération de micro-organismes mais aussi de donner une saveur particulière aux aliments. Alors qu'on avait coutume de saler ou de sécher les produits en vue de les conserver, la fumaison est aujourd'hui davantage employée pour parfumer que pour conserver. Il existe deux méthodes de fumaison : à chaud ou à froid.

MATÉRIEL

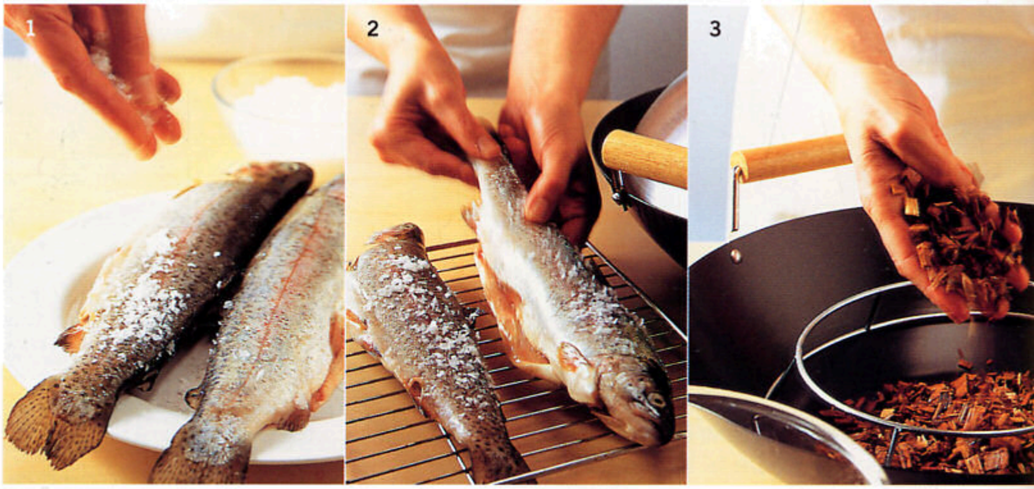
Récipient inoxydable (inox, émail ou fonte)
Fumoir chaud
Combustible

INGRÉDIENTS

Sel
Aliments à fumer : poisson entier ou filets, pièce de viande ou poulet, saucisses

Fumaison à chaud

Cette méthode peut être pratiquée chez soi de plusieurs façons. On peut fumer les aliments à la chinoise dans un wok couvert ou une poêle profonde, utiliser le barbecue, ou un fumoir ménager construit à cette fin, la taille de certains d'entre eux permettant d'être utilisés à l'intérieur si la ventilation est suffisante. La température, devant atteindre entre 82 et 100°C selon le type d'aliments, sert à les cuire, non à les conserver. Par conséquent, il convient de les mettre au réfrigérateur et de les consommer dans les 24 heures.



1 Si vous le souhaitez, recouvrez les aliments d'une couche épaisse de sel que vous mettrez dans un récipient inoxydable. Couvrez et laissez 3 à 4 heures selon les produits dans une pièce froide. Rincez ensuite sous l'eau froide de façon à retirer le sel puis séchez complètement. Vous pouvez également faire mariner.

2 Posez les aliments, en les séparant, sur la grille du fumoir, ou suspendez-les à un crochet fixé au couvercle.

3 Répandez les copeaux de bois, chêne, hêtre, ou bois fruitier au-dessus du fumoir. Ajoutez des épices entières ou des herbes. Placez le trépied contenant de l'eau ou tout autre liquide, sur le dessus. Vous pouvez au choix poser la grille contenant les aliments dessus ou mettre un couvercle.



4 Allumez les copeaux de bois à l'aide du combustible afin que la fumée se forme. Laissez ainsi le temps nécessaire. Par exemple, pour fumer une truite, il faut en gros 35 à 45 minutes, selon la température, la taille et le degré de fumaison souhaité. Procédez aux tests classiques pour vérifier que la cuisson est terminée : le poisson doit s'effriter facilement et le jus de poulet couler clair.

5 Retirez les aliments du fumoir. Vous pouvez les consommer dans l'immédiat ou les laisser refroidir à couvert dans le réfrigérateur 2 jours maximum.

Fumaison du saumon à froid

Rien ne permet d'affirmer que l'on puisse réussir à coup sûr un saumon fumé traditionnel. D'abord, il faut que le poisson soit de première qualité. Ensuite, c'est l'expérience qui permet de savoir exactement combien de temps laisser le poisson en contact avec le sel, le temps de séchage et de fumage en fonction de la taille, la texture et le taux de graisse du poisson. Il faut en outre maintenir une température adéquate pendant toute la durée du fumage selon les particularités du poisson. Les méthodes propres à chacun, les secrets de chaque fumoir et l'arôme que chacun espère obtenir influencent la manière dont le poisson est fumé. Par exemple, le fumage du saumon écossais est plus doux que si l'on prépare un lox.

Dès son arrivée à la saurisserie, le poisson est nettoyé et préparé en filets. Il est ensuite séché à sec ou trempé dans une saumure pour en extraire le jus naturel qui, s'il était laissé, rendrait le poisson trop humide, lequel aurait tendance à mijoter plutôt qu'à cuire une fois fumé dans le four. Ce procédé peut prendre 12 à 24 heures. Le sel ou la saumure sont ensuite enlevés et les filets sont suspendus dans le fumoir froid pendant quelques heures afin de sécher complètement avant d'être fumés.

Selon le type de fumoir, le poisson est essuyé à l'aide d'un linge trempé dans du whisky et/ou frotté de sucre, en général du sucre brun. Si le saumon fumé est rouge ou orange foncé, c'est que l'on a ajouté un colorant.

Le combustible utilisé pour le fumage varie d'une saurisserie à l'autre. Les copeaux de bois que les saurisseurs utilisent proviennent de vieux fûts à whisky ou à sherry en chêne vendus par des tonnelleries travaillant à l'ancienne. En Angleterre, on utilise les copeaux de chêne comme combustible, tandis que les Américains préfèrent le noyer. Vous pouvez cependant utiliser le bois de genévrier, de hêtre, voire de bruyère. Les copeaux étant trempés dans l'eau avant d'être allumés, ils ne couvent plus qu'ils ne brûlent pendant la durée du fumage. Le poisson est posé sur des grilles ou suspendu à des crochets. On laisse ensuite le saumon fumer pendant le temps nécessaire et à la température requise. Pour le saumon fumé à froid, ce procédé dure entre 7 et 8 heures à une température d'environ 25°C, lui conférant ensuite cette saveur succulente et fumée.

On laisse le saumon refroidir complètement avant de le laisser entier ou de le trancher et de l'emballer sous vide.

Congélation

La congélation à une température inférieure à -18°C est un moyen de conservation qui permet d'empêcher la prolifération des bactéries susceptibles d'abîmer les aliments et de diminuer l'activité des enzymes pouvant altérer leur qualité. Congelez rapidement les aliments pour éviter la formation de gros cristaux de glace de façon à ce que les aliments une fois décongelés ne « s'écroulent » en raison de la perte de liquide. À l'inverse, la décongélation doit être lente.

MATÉRIEL

Récipients à congélation
Sacs en polyéthylène
Film transparent
Papier aluminium
Boîtes en plastique

Aliments ne se prêtant pas à la congélation

- Fraises entières
- Ail
- Œufs avec leur coquille
- Œufs durs
- Crèmes contenant un taux de matière grasse supérieur à 40%
- Émulsions de type mayonnaise
- Plats en sauce épaissie avec des œufs
- Pommes de terre
- Rôtis de viande cuits





1 Si vous congelez plus d'un kilo d'aliments, mettez le thermostat du congélateur sur « congélation rapide ». Choisissez des récipients lourds et imperméables à la vapeur et à l'humidité et des emballages qui protègent les produits des brûlures de congélation, comme les sacs épais en polyéthylène, le film transparent, l'aluminium, et les boîtes en plastique.

2 Préparez les aliments comme indiqué dans la recette et assurez-vous qu'ils soient complètement froids.

3 Les légumes doivent être préalablement blanchis afin de préserver leur couleur, leurs arômes, leur texture et leurs éléments nutritionnels, mais aussi pour détruire les enzymes responsables de leur dégradation pendant la congélation. Placez les légumes préparés, en plusieurs fois si nécessaire, pour que le faitout ne soit pas trop rempli, dans un panier grillagé. Plongez-le dans un grand faitout rempli d'eau bouillante, couvrez et portez de nouveau rapidement à ébullition. Puis laissez cuire le temps nécessaire. Enlevez ensuite le panier et plongez-le sans attendre dans un grand saladier d'eau contenant quelques glaçons. Rincez bien les légumes une fois refroidis.

4 Vous pouvez congeler « à découvert » les fruits rouges en les disposant sur des plateaux recouverts de papier sulfurisé puis en les congelant avant de les emballer.

5 Les gâteaux glacés et décorés peuvent également être congelés à découvert jusqu'à ce qu'ils soient bien fermes, avant de les emballer en les serrant bien.

6 Rangez les aliments dans des récipients adaptés. S'ils ne les remplissent pas, comblez l'espace à l'aide de papier de soie chiffonné (mais attendez que les gâteaux décorés aient congelé). Laissez un vide de 2,5 cm dans les récipients contenant des liquides pour permettre l'expansion des aliments.

7 Les sauces, soupes, purées, plats mijotés, etc., peuvent être mis dans des sacs en polyéthylène puis disposés dans des récipients à congélation rectangulaires ou carrés. Laissez un vide de 2,5 cm. Faites congeler jusqu'à consistance solide puis retirez le sac du récipient, scellez et étiquetez.

8 Lorsque les aliments sont congelés, mettez de nouveau le thermostat sur « congélation normale ».

9 À quelques exceptions près (comme les légumes et le poisson), les aliments doivent être décongelés dans le réfrigérateur avant leur utilisation.

10 Pour congeler des herbes, congelez à découvert des brins de persil puis rangez-les dans des sacs à congélation en polyéthylène en prenant soin de ne pas les écraser. Les herbes hachées peuvent être congelées individuellement ou mélangées. Utilisez les herbes congelées sans les faire préalablement décongeler.

Durée de conservation

VIANDE NON CUITE	
Bœuf	8 mois
Agneau	6 mois
Porc	6 mois
Viande fraîchement émincée	3 mois
Foie	3 mois
Saucisses	3 mois
Jambon et autres viandes fumées	1 à 2 mois
Lard fumé	2 mois
Lard non fumé	1 mois
Tranches de lard fumées	2 mois
Tranches de lard non fumées	1 mois
VIANDE CUITE	
Casseroles, ragoûts, etc.	2 mois
VOLAILLE ET GIBIER NON CUITS	
Poulet	12 mois
Dinde	6 mois
Canard et gibier à plumes	6 mois
Venaison	12 mois
POISSON NON CUIT	
Poisson blanc ou gras	3 mois
Poisson fumé	6 semaines
Coquillages, crustacés	1 mois
PRODUITS LAITIERS	
Beurre doux	6 mois
Beurre salé	3 mois
Crème à plus de 40 %	3 mois
Fromage à pâte molle	6 semaines
Fromage à pâte dure	3 mois
Fromage à pâte dure, râpé	6 mois
Lait	1 mois
ALIMENTS CUITS AU FOUR	
Pain et petits pains, croustillants	1 mois
Pain blanc et complet	6 mois
Gâteaux non cuits	1 mois
Gâteaux cuits et non décorés	4 mois
Pâte crue	3 mois
Pâte cuite	6 mois
LÉGUMES	
La plupart des légumes	12 mois
Champignons crus	1 mois
Champignons cuits	3 mois
Oignons	3 mois
Herbes	6 mois



2 recettes et astuces



Gelée de pommes aromatisée au miel

Pommes à cuire, grossièrement hachées, sans enlever le trognon ni les peler
Eau
Sucre
Miel
Clous de girofle entiers
Morceau de gingembre frais
Bâtonnets de cannelle

AVEC 570 ML DE JUS, VOUS OBTIENDREZ 700 G DE GELÉE.

Ma grand-mère préparait cette recette avec les fruits talés que nous ramassions au pied des pommiers du verger. Le mélange épices chaudes, miel et pommes donne à cette gelée très particulière une texture plus lisse que les gelées sucrées uniquement avec du sucre.

1 Mettez les pommes dans un faitout et versez 570 ml d'eau pour 1 kg de pommes. Laissez mijoter doucement jusqu'à ce que les fruits soient bien tendres.

2 Versez le contenu du faitout dans un sac à gelée que vous suspendrez ensuite au-dessus d'un saladier non réactif et laissez égoutter toute une nuit dans un endroit froid.

3 Enlevez la pulpe du sac à gelée. Mesurez la quantité de jus dans une casserole propre. Pour 570 ml de jus, ajoutez 450 g de sucre, 115 g de miel et un sac en mousseline contenant 3 clous de girofle, un petit morceau de gingembre frais et un bâton de cannelle de 5 cm de long. Faites chauffer doucement pour faire fondre le sucre et le miel, puis portez à ébullition et laissez cuire à petits bouillons jusqu'au point de cuisson (voir page 23).

4 Retirez le sac d'épices. Préparez et remplissez les bocaux (voir page 11), puis fermez-les à l'aide de disques de paraffine et de film transparent (voir page 14). Laissez refroidir. Étiquetez les bocaux et conservez dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière 2 à 3 semaines. Consommez-les dans l'année.

Chutney de pommes aux figues

POUR ENVIRON 3 KG

1,4 kg de pommes à cuire hachées sans le trognon
1,4 kg d'oignons hachés
400 g de figues séchées hachées
570 ml de vinaigre de vin blanc
4 cuillerées à café de gingembre moulu
1/2 cuillerée à café de poivre de Cayenne
450 g de sucre brun

Ce chutney de couleur sombre, à la fois doux et épicé, se marie allègrement avec du cheddar bien fait ou du poulet fumé.

1 Mettez tous les ingrédients à l'exception du sucre dans un faitout inoxydable et portez à ébullition sur feu moyen.

2 Réduisez ensuite le feu et laissez mijoter doucement à découvert jusqu'à ce que les pommes soient tendres.

3 Toujours sur feu doux, ajoutez le sucre et faites-le fondre en remuant. Laissez mijoter doucement à découvert pendant environ une demi-heure en remuant si nécessaire pour éviter que le mélange n'attache. Le chutney est prêt lorsqu'il nappe le dos de la cuillère. Le mélange épaissira encore après avoir reposé.

4 Préparez et remplissez les bocaux (voir page 11), puis fermez-les à l'aide de disques de paraffine et de couvercles antiacidité (voir page 14). Laissez refroidir avant d'étiqueter et conservez dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière environ 6 semaines. Consommez-les dans l'année.

Ci-contre : gelée de pommes aromatisée au miel





Abricots au sirop parfumé à la vanille

Crème d'abricots à l'orange

L'écorce et le jus de l'orange relèvent l'arôme des abricots dans cette recette. Pour obtenir un arôme plus prononcé, ajoutez 2 à 4 cuillerées à soupe de liqueur d'abricots en fin de cuisson.

POUR 1,5 KG

1,4 kg d'abricots mûrs, coupés en deux et dénoyautés
Zeste râpé et de 2 oranges
Eau (voir méthode)
Sucre (voir méthode)

1 Mettez les abricots, l'écorce et le jus des oranges dans une casserole inoxydable et couvrez-les d'eau. Laissez mijoter à découvert pendant 45 minutes, en remuant de temps en temps, jusqu'à ce que les fruits soient bien tendres. Retirez du feu.

2 À l'aide d'une cuillère en bois, pressez la pulpe des abricots à travers un tamis fin au-dessus de la casserole. Pour 570 ml de purée, ajoutez 350 g de sucre et faites cuire doucement jusqu'à ce que le sucre ait fondu. Portez à ébullition sur feu vif et laissez cuire 30 à 40 minutes en remuant jusqu'à obtention d'une consistance épaisse. Retirez du feu.

3 Remplissez les bocaux (voir page 11) puis fermez à l'aide de disques de paraffine et de film transparent (voir page 14). Laissez refroidir. Étiquetez les bocaux avant de les conserver dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant une semaine. Consommez-les dans l'année.

Abricots au sirop parfumé à la vanille

Au lieu des gousses de vanille entières, vous pouvez ajouter de l'écorce d'orange ou des bâtonnets de cannelle, voire des épices plus exotiques comme la cardamome et l'anis étoilé.

POUR ENVIRON 2 LITRES

Environ 1,4 kg d'abricots fermes mais mûrs
115 g de sucre
115 ml de jus de citron pressé fraîchement
570 ml d'eau
2 gousses de vanille entières

1 Plongez les abricots dans une casserole d'eau frémissante 20 à 30 secondes. Retirez immédiatement les abricots de la casserole et pelez-les à l'aide d'un petit couteau pointu ou avec les doigts si la peau s'enlève facilement. Laissez refroidir.

2 Versez le sucre, le jus de citron et l'eau dans un faitout sur feu doux, et remuez jusqu'à ce que le sucre ait fondu. Portez ensuite à ébullition.

3 Ajoutez les abricots au sirop et faites-les pocher 10 minutes.

4 À l'aide d'une écumoire, transvasez immédiatement les abricots dans deux bocaux stérilisés chauds de 1 l chacun. Incisez les gousses de vanille dans le sens de la longueur et mettez deux moitiés dans chaque bocal.

5 Lorsque vous avez retiré les abricots de la casserole, faites bouillir le sirop pendant 5 minutes. Versez le tout dans les bocaux préparés (voir page 11) jusqu'à 1,5 cm du bord. Faites tourner les bocaux afin d'éliminer les bulles d'air et scellez. Faites-les ensuite cuire au bain-marie (voir page 16).

6 Conservez les bocaux dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant un mois avant de les ouvrir. Il est préférable de les consommer dans un délai de 12 à 18 mois.

Tarte aux abricots

POUR 6 PERSONNES

225 g de farine
1/2 cuillerée à café de levure chimique
Une pincée de sel
55 g de sucre semoule
150 g de beurre froid, coupé en dés
1 jaune d'œuf
Quelques gouttes d'extrait de vanille
2 cuillerées à soupe d'eau
300 ml de crème fouettée
225 g de mascarpone
7 abricots en bocaux à la vanille bien égouttés et coupés en deux (voir page 65)
4 cuillerées à soupe du sirop des abricots en bocaux
3 cuillerées à soupe de confiture d'abricots passée au tamis
3 cuillerées à soupe de liqueur d'amandes

Pour réaliser une garniture légère mais néanmoins rapide, remplacez la ricotta ou le yaourt égoutté battu par du fromage de mascarpone, jusqu'à l'obtention d'une consistance onctueuse.

1 Mélangez la farine, la levure chimique, le sel et le sucre dans un saladier. Ajoutez le beurre coupé à l'aide d'un coupe-pâte jusqu'à ce que le mélange ait une consistance grumeleuse. Ajoutez le jaune d'œuf, l'extrait de vanille et l'eau, puis mélangez jusqu'à obtention d'une pâte. Si le mélange est trop sec, ajoutez un peu d'eau. Posez la pâte sur une surface légèrement farinée et pétrissez un peu jusqu'à ce qu'elle soit bien lisse. Couvrez et mettez au réfrigérateur pendant 30 minutes.

2 Prenez un moule à tarte de 22,5 cm équipé d'un fond amovible, étalez la pâte jusqu'à ce qu'elle fasse 5 cm de plus que le diamètre du moule. Piquez le fond et congelez-la pendant une heure.

3 Préchauffez votre four à 200°C. Tapissez le moule recouvert de la pâte, de papier sulfurisé et de poids à tarte. Faites cuire dans le four 15 minutes puis retirez les poids et faites cuire encore 8 à 10 minutes jusqu'à ce que la pâte soit dorée. Placez-la ensuite sur une grille pour qu'elle refroidisse.

4 Battez la mascarpone à l'aide d'une cuillère en bois ou un fouet et mélangez-la à la crème fouettée. Étalez le tout de manière uniforme sur le moule refroidi.

5 Disposez les moitiés d'abricots sur la garniture. Faites bouillir le liquide du bocal d'abricots avec la confiture et la liqueur jusqu'à obtention d'un sirop, puis versez le mélange sur les abricots. Laissez refroidir 15 minutes au réfrigérateur.







Gelée de mûres confites

Confiture de mûres et de pommes à la cardamome

Les mûres et les pommes sont des fruits qui se marient particulièrement bien. Dans cette recette, l'ajout de quelques graines de cardamome permet de rehausser le goût des fruits et apporte une petite note épicée.

POUR ENVIRON 1,5 KG

350 g de pommes à cuire, pelées, sans le cœur et coupées en morceaux
150 ml d'eau
1 kg de mûres
575 g de sucre
Graines de trois cosses de cardamome, légèrement broyées
1/2 citron pressé

1 Mettez les pommes et l'eau dans un faitout, portez à ébullition sur feu vif, puis réduisez et laissez mijoter tout doucement pendant environ 15 minutes jusqu'à ce que les pommes soient bien tendres.

2 Ajoutez les mûres et le sucre et laissez cuire encore doucement quelques minutes jusqu'à ce qu'elles aient ramolli et que le jus commence à couler. Mettez les graines de cardamome dans un sac en mousseline noué et ajoutez-le avec le jus de citron. Portez à ébullition et laissez cuire 15 minutes ou jusqu'au point de cuisson (voir page 23).

3 Retirez puis jetez le sac d'épices. Remplissez les bocaux (voir page 11), puis fermez-les avec des disques de paraffine et du film transparent (voir page 14). Laissez refroidir. Étiquetez les bocaux et conservez-les dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant au moins trois semaines avant de les ouvrir. Consommez de préférence dans l'année.

Gelée de mûres confites

Voici une autre recette de ma grand-mère qui utilisait les produits de son verger, mélangés à des mûres qu'elle ramassait dans la New Forest (Hampshire) où elle vivait.

POUR ENVIRON 1 KG

1 kg de mûres
450 g de pommes à cuire hachées
570 ml d'eau
Sucre (voir méthode)

1 Mettez les mûres, les pommes et l'eau dans une casserole inoxydable et faites cuire sur feu doux pendant 30 minutes environ jusqu'à ce que les fruits soient bien tendres. Retirez du feu.

2 À l'aide d'une cuillère en bois, pressez la pulpe à travers un tamis au-dessus d'une casserole propre. Pour 500 ml de purée, ajoutez 450 g de sucre et faites chauffer à feu doux, en remuant, jusqu'à ce que le sucre ait fondu. Portez ensuite à ébullition, réduisez le feu et laissez mijoter de 40 minutes à 1 heure, en remuant régulièrement, jusqu'à ce que le mélange ait une consistance épaisse.

3 Retirez la casserole du feu. Préparez et remplissez les bocaux (voir page 11) puis fermez-les à l'aide de disques de paraffine et de film transparent (voir page 14). Laissez refroidir. Étiquetez les pots et conservez-les dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant une semaine avant de les ouvrir. Consommez-les de préférence dans l'année.

Marmelade de pamplemousses au miel

POUR 9 POTS

2 gros pamplemousses, environ 1 kg au total
4 citrons
1,7 l d'eau
1 kg de sucre
255 g de miel

Le miel confère une texture délicate à cette marmelade particulièrement délicieuse lorsqu'elle est tartinée sur des croissants.

1 Pelez les pamplemousses comme des oranges, puis enlevez la peau blanche du zeste et réservez-le. À l'aide d'un économe, pelez l'écorce des citrons le plus finement possible et retirez la peau blanche des fruits que vous réserverez. Coupez très finement les zestes.

2 Hachez grossièrement la pulpe des pamplemousses et des citrons, en réservant les pépins et le jus. Mettez les pépins et les peaux blanches dans un sac en mousseline noué à l'aide d'un long bout de ficelle. Versez la pulpe, le zeste, le jus et l'eau dans une casserole inoxydable. Nouez le sac en mousseline au manche de la casserole de façon à ce qu'il soit en contact avec les ingrédients.

3 Portez à ébullition, puis laissez mijoter une demi-heure jusqu'à ce que le zeste devienne tendre et que le mélange ait réduit de moitié. Retirez le sac en mousseline et pressez-le fermement contre le bord de la casserole pour en extraire le jus.

4 Sur feu doux, ajoutez le miel et le sucre en remuant jusqu'à ce que ce dernier ait fondu, puis portez à ébullition et laissez cuire 15 à 20 minutes jusqu'au point de cuisson (voir page 23).

5 Écumez et laissez la marmelade reposer hors du feu pendant 15 minutes. Mélangez la préparation pour bien répartir le zeste. Préparez et remplissez les bocaux (voir page 11), puis fermez-les à l'aide de disques de paraffine et de film transparent (voir page 14). Laissez refroidir toute une nuit et étiquetez ensuite les bocaux. Conservez-les dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière, ils peuvent se garder un an.







Crème de pamplemousses roses

On ajoute les morceaux de pamplemousses roses pelés à la compote pendant la cuisson pour donner au produit fini une texture et une saveur singulières. Pour rehausser la couleur, utilisez de préférence des pamplemousses d'un rouge rubis au lieu des roses classiques.

POUR ENVIRON 850 G

Zeste et jus d'un pamplemousse rose ou rouge rubis
Zeste et jus de 2 citrons
175 g de beurre doux, coupé en dés
400 g de sucre semoule
5 gros œufs, battus et passés au tamis
1 pamplemousse rose ou rouge rubis, coupé en morceaux, sans peau ni membranes blanches

1 Mettez le zeste et le jus des pamplemousses ainsi que le beurre dans un saladier résistant à la chaleur que vous poserez sur une casserole d'eau légèrement frémissante. Laissez frémir, en remuant souvent, jusqu'à ce que le beurre ait fondu.

2 Ajoutez le sucre et les œufs et laissez cuire encore 25 à 40 minutes, en remuant souvent au début, puis sans arrêt jusqu'à ce que le mélange ait une consistance suffisamment épaisse pour napper le dos de la cuillère. Ajoutez les morceaux de pamplemousse après 15 à 30 minutes. Il ne faut pas que l'eau bout, la préparation risquerait de se figer.

3 Mélangez la préparation pour bien répartir le zeste. Remplissez les bocaux (voir page 11), puis fermez-les à l'aide de disques de paraffine et de film transparent (voir page 14). Laissez refroidir puis conservez les bocaux dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière jusqu'à 3 mois . Consommez dans les 3 ou 4 jours après ouverture.

Pudding cuit à la vapeur nappé de crème de pamplemousses roses

Nappez le moule de crème de pamplemousses avant d'ajouter la préparation, afin que l'arôme des pamplemousses pénètre légèrement le pudding cuit.

POUR 4 PERSONNES

300 g de crème de pamplemousses roses
115 g de beurre doux, coupé en dés
115 g de sucre semoule
2 œufs battus
Zeste et jus de 2 citrons
150 g de farine à gâteau (avec levure)
1 cuillerée à café de levure chimique

1 Nappez le moule de la crème de pamplemousses roses ; réservez. Mettez une grille au fond d'un grand faitout. Versez de l'eau dans le faitout jusqu'à la moitié des bords du moule. Couvrez le faitout et portez à ébullition.

2 Battez le beurre et le sucre à l'aide d'une cuillère en bois jusqu'à obtention d'une consistance légère et duveteuse, puis ajoutez un à un les œufs en remuant. Ajoutez le zeste et le jus des citrons. Tamisez la préparation de farine et de levure et remuez doucement à l'aide d'une grande cuillère en métal jusqu'à obtention d'une consistance onctueuse.

3 Étalez la préparation au fond du moule. Posez un rond de film sulfurisé sur le pudding et couvrez le moule. Placez-le dans le faitout d'eau bouillante, couvrez et faites cuire à la vapeur environ une demi-heure jusqu'à ce qu'il soit légèrement cuit au centre.

4 Retirez le moule du faitout et laissez reposer avant de démouler le gâteau.

Ci-contre : crème de pamplemousses roses

Crème de citrons aux fruits de la passion

POUR ENVIRON 300 ML

Zeste et jus de 2 gros citrons
175 g de sucre
85 g de beurre doux coupé en dés
3 petits œufs battus et passés, égouttés, en purée
Graines et pulpe de 3 fruits de la passion mûrs

Nombreux sont ceux qui raffolent de crème de citrons maison. Mais la préparation étant un peu longue, peu la réalisent entièrement. Vous ravirez par conséquent ceux à qui vous en offrirez. Les fruits de la passion lui donnent une saveur singulière et un parfum exotique.

1 Mettez le zeste et le jus des citrons, le sucre et le beurre dans un saladier résistant à la chaleur que vous poserez sur un faitout d'eau légèrement frémissante. Faites chauffer doucement, en remuant à l'aide d'une cuillère en bois jusqu'à ce que le sucre et le beurre aient fondu.

2 Ajoutez les œufs et continuez de faire cuire, en remuant souvent au début puis sans arrêt jusqu'à ce que le mélange soit suffisamment épais au point de napper le dos de la cuillère. Ne laissez pas l'eau bouillir, la préparation risquerait de se figer.

3 Retirez le saladier du faitout et incorporez en remuant la pulpe et les graines des fruits de la passion. Versez la crème dans des bocaux chauds et stérilisés, puis fermez-les à l'aide de disques de paraffine et de film transparent (voir page 14). Laissez refroidir, étiquetez les bocaux puis conservez-les dans le réfrigérateur jusqu'à 3 mois. La compote doit être consommée dans les 3 ou 4 jours après ouverture.

Citrons confits à la marocaine

POUR ENVIRON 1 KG

3 à 4 citrons à peau fine, non traités
25 g de gros sel
3 à 4 feuilles de laurier (facultatif)
Jus de 2 ou 3 citrons

Les citrons conservés dans le sel constituent l'un des fleurons de la cuisine marocaine. Choisissez des fruits lisses à peau fine d'un jaune bien vif, pas trop fermes et sans « bosses » aux extrémités. Si les citrons ne sont pas assez mûrs, conservez-les 2 ou 3 jours à température ambiante pour les ramollir. Avant d'utiliser les citrons, roulez-les sur le plan de travail pour faciliter l'extraction du jus. Servez les citrons confits avec des plats à base de poulet ou de poisson ou dans les salades de haricots et de légumineuses.

1 Incisez les citrons en coupant du haut jusqu'à 1,5 cm du bas. Ouvrez délicatement chaque citron et saupoudrez-les de sel. Refermez-les.

2 À l'aide d'une cuillère, étalez une couche de sel dans un bocal stérilisé chaud, puis rangez-y les citrons, en les pressant et les tassant le plus possible. Saupoudrez du sel restant et ajoutez les feuilles de laurier.

3 Ajoutez du jus de citron jusqu'à 1,5 cm du bord du bocal. Couvrez d'un couvercle inoxydable. Étiquetez le bocal et conservez-le dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière 1 mois avant de l'ouvrir. Vous pouvez le garder 1 à 2 ans.

Utiliser vos citrons confits

Sauf si la recette l'indique, rincez bien les citrons sous l'eau froide et enlevez la chair molle. Coupez finement le zeste et utilisez-le selon la recette. Les citrons à peau épaisse devront être légèrement cuits, ceux à peau fine peuvent être utilisés tels quels (en garniture par exemple).

Ci-contre : citrons confits à la marocaine



Nectarines au vin aromatisé aux amandes

POUR 1,8 KG

12 nectarines mûres mais fermes
450 g de sucre
70 cl de vin blanc sec
3 cuillerées à soupe de liqueur d'amandes
Eau-de-vie (voir méthode)

Même s'il n'est pas indispensable d'utiliser un bon vin, n'en choisissez pas un qui soit trop léger et acide. Pour changer de l'arôme aux amandes, vous pouvez essayer un vin de muscat (n'importe quel vin doux du Sud de la France fera l'affaire) aux arômes fruités dont l'acidité sous-jacente ne risque pas d'être écœurante.

1 Plongez les nectarines dans une casserole d'eau frémissante 20 à 30 secondes. Versez-les ensuite sans tarder dans un saladier contenant de l'eau froide. Lorsqu'elles ont bien refroidi, enlevez leur peau à l'aide d'un couteau pointu ou avec les doigts. Coupez 3 ou 4 nectarines en deux et enlevez le noyau que vous casserez pour enlever les amandes.

2 Mettez les amandes, le sucre et le vin dans un faitout et faites chauffer doucement en remuant le temps que le sucre fonde. Faites frémir puis laissez cuire doucement pendant 8 minutes.

3 Ajoutez les nectarines au sirop, en paquets si nécessaire, et faites pocher les fruits coupés en deux pendant 5 minutes, les fruits entiers 10 minutes.

4 À l'aide d'une écumoire, retirez les nectarines et mettez-les dans des bocaux stérilisés chauds.

5 Lorsque toutes les nectarines sont pochées, faites bouillir le sirop pendant 10 minutes. Retirez les amandes et ajoutez la liqueur d'amandes. Versez le sirop dans les bocaux préparés (voir page 11). Versez ensuite l'eau-de-vie jusqu'au bord des bocaux et faites-les tourner pour éliminer les bulles d'air. Scellez et laissez refroidir (voir page 17). Étiquetez les bocaux et conservez-les dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant deux mois avant de les ouvrir. Ils se conservent au moins un an.





Feuilletés de nectarines parfumés aux amandes

POUR 6 PERSONNES

450 g de pâte feuilletée
150 ml de mascarpone
2 nectarines et demie au vin aromatisé aux amandes (voir page 76), égouttées et hachées
1 œuf
1/2 cuillerée à café de sucre

En associant les délicieuses nectarines à une pâte feuilletée et un voluptueux fromage de mascarpone, vous obtiendrez un dessert irrésistible que vous pourrez servir lors d'un dîner entre amis un soir d'hiver. Vous pouvez vous procurer la pâte feuilletée dans les rayons de surgelés des supermarchés ou en épicerie.

1 Faites refroidir une plaque à gâteau dans le réfrigérateur. Étalez la pâte afin qu'elle fasse environ 5 mm d'épaisseur. Coupez les extrémités à l'aide d'un grand couteau pointu, puis coupez-la en six carrés.

2 Versez une bonne cuillerée à soupe de mascarpone au centre de chaque carré de pâte. Disposez les nectarines dans les carrés.

3 Humidifiez les bords de la pâte avec de l'eau et ramenez-les au centre. Fermez les carrés en serrant fermement les bords. Posez-les ensuite sur la plaque à gâteau froide.

4 Battez les œufs avec le sucre et versez sur la pâte en veillant à ce qu'il n'y ait pas d'œuf sur les bords. Mettez le tout au réfrigérateur pendant 30 minutes.

5 Préchauffez votre four à 200°C. Faites cuire les feuilletés 15 à 20 minutes jusqu'à ce qu'ils soient bien gonflés et dorés. Servez immédiatement.

Pêches à l'eau-de-vie parfumées au Cointreau

POUR ENVIRON 1 L

1,4 à 1,8 kg de pêches mûres mais fermes, selon leur taille, coupées en deux et dénoyautées
300 g de sucre semoule
30 cl de Cointreau
50 cl d'eau-de-vie

Le Cointreau est fabriqué dans la région d'Angers, sur les bords de Loire. Il s'agit d'un mélange d'écorces d'oranges amères séchées et d'écorces d'oranges fraîches auquel on ajoute du sucre de betterave et de l'alcool.

1 Rangez les pêches coupées en deux dans des bocaux stérilisés en saupoudrant chaque couche de sucre, jusqu'à 2,5 cm du bord.

2 Mélangez le Cointreau avec 450 ml d'eau-de-vie et versez le mélange dans les bocaux préparés (voir page 11). Si nécessaire, rajoutez un peu d'eau-de-vie pour remplir les bocaux jusqu'à 1,5 cm du bord. Faites tourner les bocaux pour éliminer les bulles d'air.

3 Scellez les bocaux (voir page 37), étiquetez-les et conservez-les dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant au moins trois mois avant de les ouvrir. Faites tourner chaque jour les bocaux au cours des deux premières semaines afin que le sucre puisse se dissoudre. Les pêches peuvent se conserver 2 ans.

Chutney de pêches

Lorsque je travaillais dans le Sud de la France, je trouvais tellement de pêches succulentes en été et au début de l'automne que j'ai décidé d'imiter mes aïeux et d'en mettre en conserve pour les hivers monotones à mon retour en Angleterre. La présentation et l'odeur du chutney n'ont pas manqué d'étonner mes amis français. Mais lorsqu'ils l'ont goûté, ils ont compris pourquoi je l'avais préparé.

POUR ENVIRON 1,8 KG

1,8 kg de pêches mûres mais fermes, coupées en deux et dénoyautées
2 pommes à cuire, sans trognon et hachées
115 g de pêches séchées hachées
4 gousses d'ail hachées
1 cuillerée à café de noix de muscade fraîchement râpée
1 cuillerée à café de gingembre moulu
1/4 de cuillerée à café de piment de Cayenne
570 ml de vinaigre de vin blanc
350 g de sucre

1 Mettez tous les ingrédients dans un faitout inoxydable, à l'exception du sucre. Portez à ébullition puis laissez cuire doucement pendant 30 minutes jusqu'à ce que les fruits soient bien tendres.

2 Sur feu doux, ajoutez le sucre en remuant, et laissez mijoter pendant près d'une heure jusqu'à ce que le chutney ait une consistance épaisse et qu'il nappe bien le dos de la cuillère. Le mélange continuera de s'épaissir en refroidissant.

3 Préparez et remplissez les bocaux (voir page 11), puis fermez-les avec des disques de paraffine et des couvercles antiacide (voir page 14). Laissez refroidir, étiquetez les bocaux et conservez-les dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant au moins 6 à 8 semaines avant de les ouvrir. Ils peuvent se conserver un an.

Pêches au sirop

Cette recette permet de faire un bon usage des fruits légèrement abîmés. Utilisez de préférence une bonne eau-de-vie car son goût se ressentira dans la conserve. Comptez une gousse de vanille par bocal.

POUR ENVIRON 1 KG

Environ 1 kg de pêches mûres
Jus de 2 citrons
700 g de sucre pour confiture
Noix de beurre doux
4 cuillerées à soupe d'eau-de-vie
1 à 2 gousses de vanille coupées en tronçons de 5 cm

1 Plongez les pêches dans de l'eau bouillante pendant 30 secondes puis pelez les peaux. Coupez les pêches en deux et enlevez le noyau. Jetez les parties abîmées des fruits. Hachez ensuite les pêches.

2 Mettez les pêches dans le faitout avec le jus de citron et le sucre. Couvrez et laissez macérer plusieurs heures en remuant de temps en temps.

3 Portez le contenu de la casserole à ébullition, puis laissez mijoter doucement pendant 15 à 20 minutes jusqu'à ce que les pêches soient bien tendres. Incorporez le beurre et laissez frémir, en remuant souvent, pendant 15 minutes jusqu'au point de cuisson (voir page 23).

4 Retirez du feu et laissez reposer 10 minutes. Ajoutez alors l'eau-de-vie. Préparez et remplissez les bocaux (voir page 11), en mettant une gousse de vanille dans chaque bocal. Fermez à l'aide de disques de paraffine et de film transparent (voir page 14). Conservez-les dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant 1 mois avant de les ouvrir. Ils peuvent se conserver six mois.



Marmelade d'oranges au gingembre

POUR ENVIRON 2,5 KG

1 kg de grosses oranges
2 petits citrons
55 g de gingembre frais râpé
2,25 l d'eau
1,8 kg de sucre cristallisé ou de sucre pour confitures

On ne trouve les véritables oranges espagnoles de Séville, le « fin du fin » pour réaliser la marmelade d'oranges, que de janvier à mi-février. Par conséquent, pour en faire de la marmelade, il faut vous y prendre à l'avance et les utiliser sans tarder ou les congeler pour un usage ultérieur. Même si je les réussis toujours, il est rare que j'achète suffisamment de fruits pour en faire en grosses quantités et en avoir toute l'année. Au moment de la saison, consultez cette recette, une variante de la marmelade d'oranges traditionnelle, à laquelle on ajoute quelques oranges ordinaires et des citrons. Le trait de whisky apportera toute sa finesse à la préparation, une fois la casserole retirée du feu pour la dernière fois.

1 Coupez les oranges et les citrons en deux, pressez-les et réservez le jus et les pépins. Enlevez la peau et les membranes des fruits et mettez-les, avec les pépins, dans un sac en mousseline noué à l'aide d'un long bout de ficelle.

2 Versez le jus des oranges et des citrons dans une casserole non réactive ainsi que le gingembre et l'eau. Nouez le sac en mousseline au manche de la casserole de façon à ce qu'il soit suspendu au-dessus des ingrédients. Portez à ébullition et laissez frémir doucement pendant 1 h 30 jusqu'à ce que le zeste devienne tendre et que le mélange ait réduit de moitié.

3 Enlevez le sac en mousseline et pressez-le fermement contre la paroi de la casserole pour en extraire le jus. Jetez ensuite le sac.

4 Ajoutez le sucre à la préparation et faites chauffer doucement, en remuant, jusqu'à ce qu'il ait fondu. Augmentez le feu et faites cuire la marmelade pendant 15 minutes jusqu'au point de cuisson (voir page 23).

5 Retirez la casserole du feu et écumez la surface. Laissez reposer 10 minutes puis remuez. Préparez et remplissez les bocaux (voir page 11), puis fermez-les à l'aide de disques de paraffine et de film transparent (voir page 14). Laissez refroidir avant d'étiqueter les bocaux. Conservez dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière 1 an.

Zestes d'oranges confits au miel

POUR ENVIRON 600 G

115 à 175 g d'un mélange de zestes d'agrumes
Eau (voir méthode)
Environ 450 g de miel clair

Vous pouvez mélanger divers zestes d'agrumes avec ceux des oranges. Ils accompagneront les tartes aux fruits ou au chocolat, les compotes ou décoreront un gâteau ou de la glace.

1 Coupez le zeste des fruits en lanières selon la largeur et la longueur souhaitées. Portez un faitout rempli d'eau à ébullition. Ajoutez les zestes, portez de nouveau à ébullition et laissez cuire 4 minutes. Égouttez dans une passoire ou passez au tamis et rincez sous l'eau froide. Séchez bien à l'aide de papier absorbant puis étalez les zestes sur un torchon propre posé sur une grille en métal et laissez sécher dans un endroit tiède.

2 Disposez une couche de zestes dans un bocal stérilisé sec et recouvrez-la de miel. Continuez ainsi jusqu'à ce qu'il ne reste plus de zestes. Éliminez les bulles d'air à l'aide d'une pince stérilisée ou d'une aiguille à tricoter.

3 Fermez le bocal hermétiquement et rangez-le dans un endroit frais et sec 4 mois en vérifiant de temps en temps que le miel recouvre toujours les zestes. Ajoutez-en si nécessaire. Le bocal peut se conserver un an.

Gâteau de riz à l'orange

POUR 4 PERSONNES

25 g de beurre doux coupé en dés
100 g de riz arborio
200 ml de lait et de crème mélangés, ou de lait entier
3 gros œufs, blancs et jaunes séparés
4 cuillerées à soupe de zestes d'oranges confits au miel, égouttés

Ce délicieux et léger gâteau de riz renferme les arômes des vins moelleux, parfumés au miel et parsemé de succulents zestes d'agrumes aigres-doux. Vous pouvez le servir chaud au dessert décoré de quelques fraises, de framboises ou de pêches, ou le laisser refroidir et le servir avec un coulis de framboises ou d'abricots.

1 Faites fondre le beurre dans une poêle non adhésive, ajoutez le riz et mélangez jusqu'à ce que les grains soient bien imprégnés du beurre. Mouillez avec le vin et faites bouillir jusqu'à évaporation presque totale. Ajoutez le mélange de lait et de crème, ou le lait seul. Portez à ébullition, mélangez une seule fois, puis laissez mijoter pendant 30 minutes jusqu'à ce que la préparation prenne une consistance épaisse et crémeuse et que le riz soit tendre mais croquant sous la dent. Retirez du feu et laissez refroidir. Pendant ce temps, préchauffez votre four à 170°C.

2 Battez les jaunes d'œufs et broyez les amandes dans le riz cuit, puis ajoutez les zestes. Battez les blancs d'œufs en neige ferme, puis incorporez-les au riz en trois fois, à l'aide d'une grande cuillère en métal.

3 Transvasez le tout dans un plat à four rond de 20 cm, ou un moule à gâteau muni d'un fond amovible si vous retournez ensuite le gâteau. Faites cuire dans le four environ 1 heure jusqu'à ce que le gâteau soit doré et juste ferme au centre. Veillez à ne pas le laisser trop cuire, sinon il sera trop sec. Laissez-le reposer 10 minutes avant d'être démoulé, ou servez-le immédiatement si vous ne le démoulez pas.



Gâteau de riz à l'orange

Chutney d'oranges

POUR 1,5 KG

570 ml de vinaigre de vin blanc
2 bâtonnets de cannelle
1 cuillerée et demie à café de gingembre frais haché
2 cuillerées à café de baies de piment de la Jamaïque broyées
1 cuillerée à café de clous de girofle entiers
6 grosses oranges épépinées
1 oignon finement haché
1 pomme à cuire, sans cœur et hachée avec la peau
350 g de sucre brun clair (cassonade)
275 g de dattes fraîches, dénoyautées et hachées

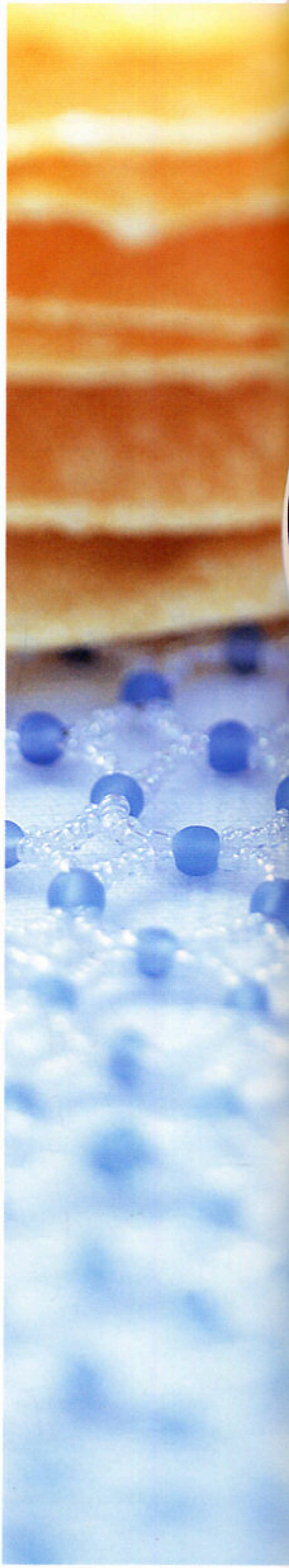
Pour changer des pickles au citron vert qui accompagnent souvent les plats indiens, essayez ce chutney.

1 Mettez le vinaigre et les épices dans un faitout inoxydable, portez à ébullition, puis laissez mijoter 5 à 10 minutes jusqu'à ce que le vinaigre soit parfumé selon votre goût, et passez au tamis.

2 Pendant ce temps, pelez et hachez grossièrement les oranges, en enlevant les pépins. Râpez ou hachez finement le zeste. Ajoutez-le au vinaigre et laissez mariner toute la nuit.

3 Ajoutez la chair des oranges, l'oignon et la pomme au vinaigre et faites mijoter jusqu'à ce que les ingrédients soient tendres. Versez le sucre en remuant jusqu'à ce qu'il ait fondu, puis ajoutez les dattes et l'orange hachées et laissez mijoter. Le chutney est prêt lorsqu'il a pris une consistance épaisse et qu'il nappe le dos de la cuillère. La préparation épaissira encore en refroidissant.

4 Retirez le faitout du feu. Préparez et remplissez les bocaux (voir page 11), puis fermez-les à l'aide de disques de paraffine et de couvercles antiacide (voir page 14). Laissez refroidir. Étiquetez les bocaux puis conservez-les dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant 2 mois avant de les ouvrir. Ils se conservent un an.







Rondelles d'oranges confites

Rondelles d'oranges confites

Noël ne serait pas Noël sans ce plat de rondelles d'oranges confites qui accompagne les restes de dinde et de jambon. Ma grand-mère avait coutume de préparer cette recette au moment des fêtes.

POUR ENVIRON 1,8 KG

6 grosses oranges à peau fine
Eau pour couvrir
90 cl de vinaigre de vin blanc
700 g de sucre
6 clous de girofle
1 grand bâton de cannelle
2 grains d'anis étoilé broyés
Graines de 5 cosses de cardamome pilées
10 grains de poivre noir broyés
Zeste finement râpé d'un citron

1 Coupez les oranges en rondelles de 5 cm d'épaisseur et mettez-les dans une grande casserole avec suffisamment d'eau pour les couvrir. Laissez mijoter 20 à 30 minutes jusqu'à ce que les zestes des rondelles aient bien ramolli.

2 Enlevez les tranches de la casserole à l'aide d'une écumoire. Versez-y le vinaigre, le sucre, les épices et le zeste de citron. Portez à ébullition puis laissez frémir 10 minutes.

3 Versez de nouveau les tranches d'oranges dans la casserole et faites pocher doucement jusqu'à ce que les écorces soient presque translucides. À l'aide d'une écumoire, transvasez ensuite les rondelles dans des bocaux stérilisés chauds (voir page 11), en les disposant soigneusement.

4 Faites bouillir le liquide restant de la casserole jusqu'à obtention d'une consistance épaisse et sirupeuse. Versez-le ensuite dans les bocaux pour recouvrir les fruits en laissant un vide de 2,5 cm, et stérilisez les bocaux (voir page 16). Laissez refroidir, étiquetez et conservez les bocaux dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant au moins six semaines avant de les ouvrir. Ils se conservent environ un an.

Marmelade de mandarines

Prévoyez au total 1,3 kg de fruits pour cette délicieuse marmelade.

POUR ENVIRON 2,3 KG

1 kg de mandarines ou clémentines
1 gros pamplemousse
1 citron
3,3 l d'eau
1,4 kg de sucre cristallisé ou de sucre pour confiture

1 Pelez les mandarines et râpez finement le zeste. Placez-le dans un sac en mousseline noué à l'aide de ficelle. Pelez le pamplemousse et le citron et hachez finement leur zeste. Hachez grossièrement tous les fruits et réservez le jus et les pépins. Versez le jus, les pépins, la chair et le zeste du pamplemousse et du citron dans une casserole inoxydable contenant l'eau. Nouez le sac au manche de la casserole de façon à ce qu'il soit suspendu au-dessus des ingrédients.

2 Laissez mijoter doucement 1 h 30 à 2 h jusqu'à ce que les zestes soient tendres. Retirez le sac après 30 minutes et passez le contenu au tamis. Rincez les zestes sous l'eau froide, égouttez et laissez sécher sur un torchon propre.

3 Versez le contenu de la casserole dans un sac à gelée suspendu au-dessus d'un saladier en inox ou en plastique. Laissez le jus s'écouler toute la nuit.

4 Enlevez la pulpe du sac à gelée. Versez le jus dans une casserole propre et ajoutez le sucre et le zeste des mandarines. Faites chauffer doucement, en remuant, jusqu'à ce que le sucre ait fondu, puis faites cuire 10 minutes jusqu'au point de cuisson (voir page 23).

5 Écumez et laissez reposer 15 minutes, puis mélangez. Remplissez les bocaux (voir page 11), puis fermez-les à l'aide de disques de paraffine et de film transparent (voir page 14). Laissez refroidir, étiquetez et conservez les bocaux dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière. Ils peuvent se conserver un an.

Chutney de poires aux kiwis

POUR ENVIRON 1,6 À 1,8 KG

- 700 g de poires mûres mais fermes, sans trognon et hachées mais pas pelées
- 700 g de kiwis hachés avec leur peau
- 175 g d'abricots séchés hachés
- 55 g de raisins secs
- 3 gousses d'ail finement hachées
- 2 cuillerées et demi à café de gingembre frais haché
- 1 à 2 cuillerées à café de piment de Cayenne, à votre convenance
- 1 cuillerée à soupe de graines de coriandre fraîchement moulues
- 2 cuillerées à café de gros sel
- 300 ml de vinaigre de cidre
- 200 g de sucre brun clair

Le seul regret dans cette recette, c'est que le kiwi ne garde pas sa belle couleur émeraude une fois cuit. Au lieu d'apporter sa remarquable couleur vive au chutney, il ne fait que se fondre au milieu des autres ingrédients. Utilisez une variété de poires bien goûteuses comme les Bosc ou les Williams.

1 Mettez tous les ingrédients, à l'exception du sucre brun, dans un faitout non réactif. Couvrez et laissez mijoter 15 minutes, en remuant de temps en temps, jusqu'à ce que les poires et les kiwis soient bien tendres.

2 Ajoutez le sucre et remuez jusqu'à ce qu'il fonde puis portez à ébullition. Laissez mijoter doucement jusqu'à ce que le chutney ait une consistance épaisse et qu'il nappe le dos de la cuillère. N'oubliez pas que le chutney continuera d'épaissir en refroidissant.

3 Préparez et remplissez les bocaux (voir page 11), puis fermez-les à l'aide de disques de paraffine et de film transparent (voir page 14). Laissez refroidir, étiquetez et conservez les bocaux dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant 6 à 8 semaines avant de les ouvrir. Ils peuvent se conserver 1 an.

Poires chaudes

POUR 2 BOCAUX DE 1 L ET 1 BOCAL DE 500 ML

- 1,4 kg de petits morceaux de poires légèrement vertes
- Clous de girofle entiers (voir méthode)
- Bâtonnet de cannelle de 7,5 cm, coupé en morceaux
- 2 éclats de macis
- Morceau de gingembre frais de 7,5 cm haché
- Zeste d'un citron coupé en lamelles
- 225 g et 2 cuillerées à soupe de sucre
- Les trois quarts d'une bouteille de vin rouge

Les poires ne devant pas être trop fermes. Conservez-les à température ambiante pendant quelques jours jusqu'à ce qu'elles « donnent » lorsqu'on les presse. Choisissez un vin léger et fruité comme le Chinon, le Beaujolais ou un Merlot pour cette recette plutôt qu'un vin plus robuste comme le Cabernet ou le Sauvignon.

1 Pelez délicatement les poires en laissant les pédoncules intacts. Piquez-les d'un clou de girofle puis répartissez-les dans un bocal de 1 l et un autre de 500 ml. Répartissez le reste des épices dans les bocaux.

2 Faites chauffer doucement le sucre dans le vin jusqu'à ce qu'il fonde, puis faites chauffer jusqu'à ce que le vin soit bien chaud tout en évitant de le faire bouillir.

3 Versez le vin dans les bocaux stérilisés jusqu'à 1,5 cm du bord. Procédez à la stérilisation au bain-marie (voir page 16).

Ci-contre : chutney de poires aux kiwis



Confiture de prunes

POUR ENVIRON 1,5 KG

1,25 kg de prunes coupées en deux
300 ml d'eau
1 kg de sucre cristallisé ou de sucre pour confiture
Noix de beurre doux

La couleur de cette confiture dépend souvent de la variété des prunes choisies. Les prunes à chair rouge donneront une confiture d'un rouge bien vif, tandis qu'avec les prunes à chair verte, comme les reines-claudes ou les prunes italiennes, vous obtiendrez une teinte vert-jaune. Si les prunes sont grosses, coupez-les en quartiers plutôt qu'en moitiés.

1 Mettez les prunes dans une casserole inoxydable et ajoutez l'eau. Portez à ébullition, puis laissez mijoter 25 à 30 minutes, en remuant de temps en temps, jusqu'à ce que la peau des prunes soit ramollie et que les fruits soient bien tendres. Le liquide doit avoir nettement réduit.

2 Ajoutez et le sucre et remuez jusqu'à ce qu'il ait fondu. Incorporez le beurre et portez la confiture à ébullition. Faites cuire 10 à 15 minutes jusqu'au point de cuisson (voir page 23).

3 Retirez la casserole du feu, enlevez les noyaux et l'écume à l'aide d'une écumoire et laissez reposer 5 minutes. Remuez délicatement la confiture et retirez-la du feu.

4 Remplissez les bocaux (voir page 11), puis fermez-les à l'aide de disques de paraffine et de film transparent (voir page 14). Laissez refroidir, étiquetez et conservez dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière 1 mois avant de les ouvrir. Ils peuvent se garder 2 ans.

Conserve de prunes aux noix

POUR ENVIRON 2,2 KG

1,8 kg de prunes
300 ml d'eau
2 bâtonnets fins de cannelle
1,4 kg de sucre à conserve
115 g de moitiés de noix hachées
4 cuillerées à soupe d'eau-de-vie

Le fait d'ajouter des noix offre un contraste de texture intéressant à cette conserve. Cependant, c'est surtout l'arôme subtil de la cannelle et le trait d'eau-de-vie qui font la différence. Pour un meilleur résultat, utilisez des moitiés de noix fraîches (mieux encore, des noix entières dans leur coquille) et hachez-les vous-même car celles que vous achetez en magasin déjà hachées sont souvent de moins bonne qualité.

1 Coupez les prunes en deux et mettez les noyaux dans une petite casserole d'eau. Portez à ébullition, puis laissez frémir10 minutes. Filtrez l'eau et jetez les noyaux.

2 Mettez les prunes, les bâtonnets de cannelle et l'eau parfumée dans une casserole inoxydable et laissez cuire doucement pendant 10 minutes jusqu'à ce que les prunes soient tendres.

3 Ajoutez le sucre et remuez jusqu'à ce qu'il fonde. Portez ensuite à ébullition et faites cuire 10 à 20 minutes à petits bouillons jusqu'au point de cuisson (voir page 23).

4 Retirez la casserole du feu et versez les noix et l'eau-de-vie. Laissez reposer 5 minutes, enlevez les bâtonnets de cannelle et remuez délicatement. Préparez et remplissez les bocaux (voir page 11), puis fermez-les à l'aide de disques de paraffine et de film transparent (voir page 14). Laissez refroidir, étiquetez et conservez les bocaux dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant un mois avant de les ouvrir.



Sauce épicée aux prunes

Il s'agit d'une ancienne recette de sauce aux prunes que l'on avait coutume de servir en Angleterre avec des viandes froides, en particulier le gibier, et les pâtés.

POUR ENVIRON 1,5 KG

10 graines de coriandre broyées
4 clous de girofle entiers
3 grains d'anis étoilé broyés
1 bâtonnet de cannelle
570 ml de vinaigre de vin rouge
1,4 kg de prunes rouges hachées
1 petit oignon haché
3 grosses gousses d'ail hachées
450 g de sucre brun clair

1 Déposez la coriandre, les clous de girofle, l'anis et la cannelle dans un sac en mousseline noué à l'aide d'un long bout de ficelle. Mettez le reste des ingrédients dans une casserole non réactive, à l'exception du sucre. Nouez le sac à la queue de la casserole de façon à ce qu'il soit suspendu au-dessus des ingrédients. Portez à ébullition, puis laissez mijoter, en remuant de temps en temps, pendant 45 minutes.

2 Sur feu doux, versez le sucre et faites cuire jusqu'à ce qu'il fonde, puis faites de nouveau mijoter doucement pendant 45 minutes pour que la sauce ait une consistance pulpeuse.

3 Relevez le sac et pressez-le bien contre la paroi de la casserole pour en extraire le jus. Jetez le sac.

4 Filtrez le contenu de la casserole à travers une passoire pour enlever les noyaux et la peau. Pour obtenir une sauce plus lisse, utilisez un tamis fin non réactif.

5 Portez de nouveau la sauce à ébullition dans une casserole propre et laissez bouillir afin qu'elle réduise davantage si elle est trop liquide. Versez-la ensuite dans des bocaux stérilisés chauds et secs jusqu'au bord (voir page 11) et faites-les stériliser (voir page 16). Laissez refroidir, étiquetez et conservez les bocaux dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant 1 mois avant de les ouvrir. Consommez dans les 6 mois.

Médaillons d'agneau sauce aux prunes et feuilles de chou chinois

POUR 4 PERSONNES

8 tranches de gigot d'agneau désossé, d'environ 100 g chacune
Poivre noir fraîchement moulu, à votre convenance
6 à 8 cuillerées à soupe de sauce épicée aux prunes (voir page 91)
Huile d'arachide pour faire frire les aliments
3 gousses d'ail hachées
3 cuillerées à soupe de gingembre frais haché
450 g de feuilles de chou chinois, en chiffonnade
3 cuillerées à soupe d'huile de sésame
4 gros oignons nouveaux hachés
3 cuillerées à soupe de noix de cajou
Sel

Cette sauce aux prunes à l'anglaise est différente de la recette chinoise mais se marie parfaitement à un plat chinois.

1 Posez tour à tour les tranches d'agneau entre deux feuilles de papier sulfurisé et, avec le plat d'un couperet ou d'un rouleau à pâtisserie, aplatissez-les jusqu'à ce qu'elles soient bien fines. Retirez le papier.

2 Assaisonnez les tranches aplaties de poivre noir et répartissez la sauce sur la viande, en prenant soin de ne pas en mettre sur les bords. Roulez les tranches et fixez-les avec des piques à cocktail.

3 Faites chauffer un peu d'huile dans une poêle à frire, ajoutez les tranches d'agneau et faites revenir sur feu moyen jusqu'à ce que la viande soit dorée et cuite selon le type de cuisson souhaité, entre 10 et 20 minutes. Retournez souvent pour que la cuisson soit uniforme. Posez la viande sur une assiette chaude, couvrez et maintenez au chaud.

4 Versez de nouveau un peu d'huile dans la poêle, faites chauffer et ajoutez alors l'ail et le gingembre. Faites sauter à feu vif en remuant souvent pendant 2 à 3 minutes jusqu'à libération des arômes.

5 Augmentez le feu, mettez les feuilles de chou chinois et faites-les revenir en remuant souvent jusqu'à ce qu'elles se flétrissent. Ajoutez l'huile de sésame, les oignons nouveaux et les noix de cajou et faites revenir le tout quelques minutes.

6 Déposez les médaillons d'agneau sur quatre assiettes, saupoudrerez de sel, et posez des petits pains ronds sur le bord des assiettes.





Confiture de framboises congelée

POUR ENVIRON 1,5 KG

700 g de framboises
1 kg de sucre semoule
125 ml de pectine liquide

Les confitures congelées ne sont pas cuites. Elles ont par conséquent une saveur fraîche et naturelle ainsi qu'une couleur claire. Au lieu d'utiliser du sucre semoule, essayez le sucre vanillé que vous pouvez acheter ou confectionner vous-même en mettant une gousse de vanille dans un pot de sucre pendant 15 jours.

1 Placez les framboises dans un saladier et ajoutez progressivement le sucre en mélangeant le tout à l'aide d'une fourchette, de façon à écraser légèrement les fruits. Laissez reposer 20 minutes en remuant de temps en temps.

2 Versez la pectine liquide et mélangez sans arrêt pendant 3 minutes.

3 Filtrez la confiture dans des récipients à congélation propres et remplissez-les jusqu'à 1,5 cm du bord. Fermez. Étiquetez les récipients et laissez refroidir environ 5 heures.

4 Mettez la confiture dans le réfrigérateur pendant 24 à 48 heures jusqu'à ce qu'elle gèle.

5 Placez la confiture dans le congélateur et conservez-la jusqu'à six mois.

6 Pour servir, laissez la confiture à température ambiante pendant près d'une heure, selon la taille du récipient.

Gelée de framboises et de poires

POUR ENVIRON 1 kg

700 g de poires mûres hachées très finement
225 ml de jus de fruits, de raisins ou de pommes non sucrées
700 g de framboises
Sucre cristallisé (voir méthode)
Pectine du commerce (voir méthode)

L'arôme des poires et des framboises se marie très bien dans cette recette.

1 Mettez les poires dans un faitout inoxydable, ajoutez le jus de fruits et laissez mijoter jusqu'à ce que les poires soient tendres, en remuant de temps en temps.

2 Ajoutez les framboises, écrasez-les à l'aide d'un presse-purée et faites chauffer doucement jusqu'à ce que le jus des baies ait coulé.

3 Versez le contenu du faitout dans un sac à gelée que vous laisserez suspendu au-dessus d'un saladier non réactif toute une nuit pour laisser le jus s'écouler.

4 Jetez la pulpe du sac à gelée. Mesurez la quantité de jus et versez-le dans une casserole propre. Pour 570 ml de jus, versez 450 g de sucre en remuant et ajoutez la pectine. Faites chauffer doucement, en remuant, jusqu'à ce que le sucre ait fondu, puis faites bouillir jusqu'au point de cuisson (voir page 23).

5 Retirez l'écume. Remplissez les bocaux (voir page 11), puis fermez-les à l'aide de disques de paraffine et de film transparent (voir page 14). Laissez refroidir, étiquetez et conservez dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière jusqu'à 6 mois.

Ci-contre : gelée de poires et de framboises







Confiture de framboises aux groseilles

Les framboises étant pauvres en pectine à l'inverse des groseilles, les mélanger permet non seulement de réaliser de délicieuses confitures mais aussi d'éviter tout problème de cuisson.

POUR 1,5 KG

1 kg de framboises
450 g de groseilles, sans les tiges
Jus d'un citron
1,4 kg de sucre cristallisé ou de sucre pour confiture
Noix de beurre (facultatif)

1 Mettez la moitié des framboises et toutes les groseilles dans un faitout non réactif et faites cuire à feu très doux jusqu'à ce que le jus ait coulé, en remuant délicatement, si nécessaire.

2 Ajoutez le reste des framboises, le jus de citron et le sucre. Faites chauffer doucement, en remuant, pour faire fondre le sucre, puis augmentez le feu et faites cuire 15 minutes jusqu'au point de cuisson (voir page 23). Incorporez le beurre si de l'écume se forme.

3 Retirez du feu et laissez reposer 10 minutes. Préparez et remplissez les bocaux (voir page 11), puis fermez-les à l'aide de disques de paraffine et de film transparent (voir page 14). Laissez refroidir, étiquetez et conservez les bocaux dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière. Ils peuvent se conserver un an.

Sirop de framboises

POUR 1 L

1,4 kg de framboises mûres à point
Jus de 2 citrons
Sucre (voir méthode)

Préparer un sirop est un bon moyen d'utiliser un surplus de fruits trop mûrs. Au lieu d'être stérilisé, le sirop peut être simplement conservé au réfrigérateur pendant 3 à 4 semaines, ou congelé dans des cubes à glaçons. Retirez les cubes congelés des plateaux, placez-les dans des sacs en plastique et mettez-les de nouveau au congélateur. Vous utiliserez ce sirop pour parfumer les boissons, alcoolisées ou non, ou pour napper vos desserts.

1 Mettez les framboises dans un grand saladier résistant à la chaleur et posez-le au-dessus d'un faitout d'eau frémissante. Faites cuire les framboises, en remuant de temps en temps, jusqu'à ce qu'elles soient bien chaudes et que le jus s'évapore. Passez le contenu à travers un tamis fin en nylon tapissé d'une double épaisseur d'étamine et pressez délicatement à l'aide d'une cuillère en bois pour extraire le plus de jus possible.

2 Mesurez la quantité de jus. Pour 570 ml de jus, versez 225 g de sucre dans une casserole inoxydable. Ajoutez le jus et faites cuire doucement, en remuant, jusqu'à ce que le sucre ait fondu. Ajoutez alors le jus de citron puis laissez refroidir 5 minutes.

3 Versez le sirop dans des bouteilles stérilisées (voir page 11) jusqu'à 1,5 cm du bord. Essuyez le bord ensuite.

4 Faites stériliser les bouteilles au bain-marie (voir page 16). Étiquetez et conservez les bouteilles dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière jusqu'à six mois

Coupes glacées à la framboise, à la pêche et aux Amaretti

POUR 4 PERSONNES

3 grosses pêches mûres hachées
8 Amaretti ou petits biscuits secs aux amandes
350 g de crème fraîche
Environ 175 à 225 ml de sirop de framboises

Vous pouvez remplacer la crème fraîche par de la glace à la vanille ou du yaourt congelé. Une fois la préparation terminée, servez immédiatement.

1 Mélangez les pêches avec les Amaretti. Répartissez la moitié de la préparation dans quatre grandes coupes.

2 Répartissez la moitié de la crème fraîche dans les coupes et versez ensuite la moitié du sirop sur la crème à l'aide d'une cuillère.

3 Formez plusieurs couches et servez sans tarder.

Ci-contre : coupes glacées à la framboise, à la pêche et aux Amaretti





Marmelade de rhubarbe et d'oranges

Confiture de rhubarbe rosée

Vous réaliserez des confitures aux couleurs plus vives en utilisant de la rhubarbe rosée plutôt que verte. Si vous n'avez que de la rhubarbe verte, ajoutez alors 5 feuilles d'angélique fraîches, finement émincées, qui apporteront une saveur plus sucrée. Pour choisir vos pétales, consultez la page 145.

POUR ENVIRON 1,5 KG

1 kg de rhubarbe coupée en rondelles

Une bonne poignée de pétales de roses rouge sombre et parfumés, coupés en fines lanières

1 kg de sucre cristallisé ou de sucre pour confiture

Jus d'un citron

1 Mettez la rhubarbe, les pétales de roses et le sucre dans un saladier non métallique. Mélangez bien, couvrez et laissez macérer dans un endroit frais toute la nuit.

2 Le lendemain, mettez le contenu du saladier dans une casserole non réactive, ajoutez le jus de citron et faites chauffer doucement, en remuant, pour que le sucre fonde. Augmentez le feu et portez à ébullition, puis laissez cuire environ 15 minutes, en remuant si nécessaire, jusqu'au point de cuisson (voir page 23).

3 Retirez du feu et écumez. Laissez reposer 10 minutes. Remplissez les bocaux (voir page 11), puis fermez-les à l'aide de disques de paraffine et de film transparent (voir page 14). Laissez refroidir, étiquetez et conservez dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant au moins 2 semaines. Ils peuvent se conserver jusqu'à 6 mois.

Marmelade de rhubarbe à l'orange

Pour obtenir une saveur incomparable et maintenir le temps d'ébullition après avoir ajouté la rhubarbe, préférez des petites tiges ou des tiges de taille moyenne, plutôt que des grandes, celles-ci contiennent en effet davantage d'eau et ont moins de goût.

POUR 2 KG

2 grosses oranges

2 citrons

450 ml d'eau

1,4 kg de rhubarbe, coupée en petits morceaux

1,4 kg de sucre cristallisé ou de sucre pour confiture

1 Pelez finement le zeste des oranges et des citrons. Râpez le zeste.

2 Pressez le jus des oranges et des citrons, réservez les pépins, et versez-le dans une casserole non réactive. Hachez fin les peaux blanches et les membranes et mettez-les dans un sac en mousseline avec les pépins. Nouez-le à l'aide de ficelle. Ajoutez le zeste râpé et l'eau dans la casserole. Attachez le sac au manche de la casserole de façon à ce qu'il soit suspendu au-dessus des ingrédients. Laissez mijoter 15 minutes jusqu'à ce que le zeste soit tendre.

3 Ajoutez la rhubarbe et faites cuire doucement jusqu'à ce que les fruits aient une consistance épaisse.

4 Retirez le sac et pressez-le fermement contre la paroi de la casserole pour en extraire le jus. Versez le sucre en remuant pour qu'il fonde, puis faites bouillir 10 minutes jusqu'au point de cuisson (voir page 23).

5 Écumez puis laissez reposer la marmelade 15 minutes. Mélangez pour bien répartir le zeste. Remplissez les bocaux (voir page 11), puis fermez-les à l'aide de disques de paraffine et de film transparent (voir page 14). Laissez refroidir, étiquetez et conservez dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière. Ils peuvent se conserver de 9 à 12 mois.



Sirop de fraises

Pour obtenir un sirop bien parfumé, utilisez des fraises mûres et goûteuses, notamment des fruits de fin de saison qui sont souvent plus parfumés. Les fraises fraîchement cueillies seront plus savoureuses si vous les conservez une journée dans un endroit froid (au réfrigérateur si nécessaire) avant de les utiliser ou de les déguster. Ce sirop, qui peut être utilisé en guise de boisson, peut également servir de nappage sur les glaces, les gâteaux, ou les fruits frais comme les pêches, les poires, et même les fraises.

POUR 1 LITRE

1,4 kg de fraises mûres
Sucre (voir méthode)
Jus de 2 citrons

1 Mixez les fraises en purée dans un robot ou un mixeur. Versez la purée dans un tamis recouvert d'une double épaisseur d'étamine. Rassemblez les bords et pressez délicatement pour extraire le plus de jus possible.

2 Mesurez la quantité de jus. Versez 570 ml de jus à raison de 225 g de sucre dans une casserole inoxydable. Faites chauffer doucement la préparation, en remuant, jusqu'à ce que le sucre ait fondu. Ajoutez le jus de citron et laissez refroidir 5 minutes.

3 Préparez les bouteilles (voir page 11). Versez le sirop dans les bouteilles stérilisées jusqu'à 1,5 cm du bord.

4 Stérilisez les bouteilles au bain-marie (voir page 16). Conservez-les dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière jusqu'à 6 mois.

Confiture de fraises

Pour cette confiture, choisissez des fruits bien parfumés et ne les lavez pas ; si les baies sont sales, nettoyez-les avec un linge humide ou du papier absorbant. Mettez une plus grosse quantité de fruits que de sucre, sachant que vous pouvez relever le taux de pectine en ajoutant du jus de citron, de la pectine liquide ou du sucre pour confiture.

POUR ENVIRON 2,25 KG

2 kg de fraises
1,8 kg de sucre cristallisé
Pectine du commerce (suivre les indications du paquet pour la quantité et le procédé)

1 Coupez les grosses fraises en deux pour accélérer la cuisson. Mettez les baies, le sucre puis la pectine dans un saladier non réactif. Couvrez et laissez macérer toute la nuit.

2 Le lendemain, versez le contenu du saladier dans un faitout non réactif et faites chauffer doucement jusqu'à évaporation du jus, puis laissez mijoter jusqu'à ce que les fruits aient bien ramolli.

3 Portez à ébullition puis laissez frémir 4 minutes jusqu'au point de cuisson (voir page 23).

4 Retirez du feu et écumez. Laissez reposer la marmelade 10 minutes puis mélangez bien. Remplissez les bocaux (voir page 11), puis fermez-les à l'aide de disques de paraffine et de film transparent (voir page 14). Laissez refroidir, étiquetez et conservez dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière jusqu'à 6 mois.

Ci-contre : sirop de fraises

Confiture de fruits rouges d'été

POUR 1,5 KG

1,2 kg de fruits rouges tels que fraises, framboises, groseilles et myrtilles

1 kg de sucre cristallisé ou de sucre pour confiture

Jus de 2 citrons

Capturez l'essence même de l'été en utilisant vos fruits rouges préférés mûris au soleil pour cette délicieuse confiture. Bien qu'il ne s'agisse pas de baies, vous pouvez ajouter des cerises, mais pensez bien à les peser avant de les dénoyauter.

1 Disposez une couche de fruits et de sucre dans un saladier en inox ou en plastique. Mouillez avec le jus de citron. Couvrez et laissez macérer dans un endroit frais jusqu'à ce que le sucre ait fondu, comptez 8 heures.

2 Versez le contenu du saladier dans un faitout inoxydable. Faites chauffer jusqu'à ce que les jus aient coulé.

3 Portez à ébullition et laissez frémir jusqu'au point de cuisson (voir page 23).

4 Retirez du feu et écumez. Laissez reposer la marmelade 15 minutes puis mélangez. Remplissez les bocaux (voir page 11), puis fermez-les à l'aide de disques de paraffine et de film transparent (voir page 14). Laissez refroidir, étiquetez et conservez dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière jusqu'à 6 mois

Soufflés de puddings

POUR 6 PERSONNES

570 ml de lait

Zeste et jus d'un gros citron

3 œufs moyens, jaunes et blancs séparés

1 tasse bien pleine de sucre semoule

2 tasses de brioche, grossièrement émiettée

9 cuillerées à soupe de confiture de fruits rouges d'été, réchauffée

En utilisant une confiture maison d'été et des miettes de brioche au beurre, et en faisant cuire les puddings dans des petits plats individuels, vous obtiendrez un savoureux dessert qui embellira un dîner entre amis.

1 Préchauffez votre four à 170°C. Faites chauffer le lait et le zeste de citron dans une casserole, de préférence non adhésive, jusqu'à ébullition.

2 Pendant ce temps, fouettez les jaunes d'œuf et 55 g de sucre jusqu'à obtention d'une consistance épaisse d'un jaune pâle. Versez délicatement le lait en continuant de fouetter. Ajoutez ensuite les miettes de brioche.

3 Placez six ramequins de 200 ml dans un plat et versez-y la crème. Glissez le plat dans le four, posez-le sur la grille et versez l'eau bouillante dans le plat jusqu'à la moitié des bords des ramequins. Faites cuire 30 minutes.

4 Retirez les ramequins du four et nappez généreusement chaque pudding de confiture chaude. Posez-les sur la grille du four. Mettez le four sur grill.

5 Battez les blancs d'œufs jusqu'à ce qu'ils soient fermes mais pas secs. Ajoutez progressivement le reste du sucre en continuant de fouetter pour obtenir une meringue. Posez le mélange à l'aide d'une cuillère sur la confiture. Mettez sous le grill 1 à 2 minutes jusqu'à ce qu'elle soit bien dorée. Servez sans tarder.

Ci-contre : soufflés de puddings





Betteraves au vinaigre

Vous pouvez couper les betteraves en dés après les avoir cuites au four, ou les émincer. Si vous avez des jeunes betteraves, faites-les mariner entières et réduisez le temps de cuisson au four d'1 h 30 à 1 h 45.

1 Préchauffez le four à 180°C. Enveloppez les betteraves dans une feuille d'aluminium et faites-les cuire au four pendant 3 heures, selon la taille, jusqu'à ce qu'elles soient tendres. Retirez-les du four et laissez refroidir.

2 Pelez et jetez les peaux, puis coupez les betteraves en dés. Rangez-les dans des bocaux stérilisés en ajoutant le raifort si vous en utilisez.

3 Ajoutez le sel au vinaigre et veillez à ce qu'il soit bien dissout. Portez à ébullition dans une casserole non réactive puis versez-le sur les betteraves jusqu'à 1,5 cm du bord. Faites tourner les bocaux pour éliminer les bulles d'air.

4 Scellez et étiquetez les bocaux, et conservez-les dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant 2 mois avant de les ouvrir. Ils peuvent se conserver de 9 à 12 mois.

POUR ENVIRON 1 KG

1 kg de betteraves crues
1 cuillerée à café de raifort cru râpé (facultatif)
1 cuillerée à café de gros sel
1 l de vinaigre épicé (voir page 38)

Pickles de betteraves

Vous pouvez ajouter un peu de vinaigre de malt. Son âcreté est en effet nécessaire pour compenser le goût sucré des betteraves ; à moins que vous n'utilisiez des betteraves précuites.

1 Enveloppez les betteraves dans une feuille d'aluminium et faites-les cuire au four préchauffé à 180°C, 2 à 3 heures, jusqu'à ce qu'elles soient molles. Retirez-les du four et laissez refroidir. Pelez et jetez les peaux.

2 Mettez l'oignon et les pommes dans une casserole non réactive. Ajoutez les deux variétés de vinaigres. Portez à ébullition puis laissez mijoter, en remuant de temps en temps, environ 20 minutes, jusqu'à ce que l'oignon et les pommes soient bien tendres.

3 Hachez les betteraves et ajoutez-les dans la casserole avec le raifort, le sucre et les raisins secs. Faites chauffer, en remuant, pendant 10 minutes jusqu'à obtention d'une consistance épaisse. La préparation continuera d'épaissir en refroidissant.

4 Remplissez les bocaux (voir page 11), puis fermez-les à l'aide de disques de paraffine et de couvercles antiacidité (voir page 14). Laissez refroidir, étiquetez et conservez dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant 6 semaines avant de les ouvrir. Ils peuvent se conserver 1 an.

POUR 1 KG

450 g de betteraves crues
1 oignon rouge, finement émincé
2 pommes à cuire, sans trognon et émincées
125 ml de vinaigre de vin rouge
125 ml de vinaigre de malt
4 cuillerées à soupe de raifort
55 g de sucre brun clair
50 g de raisins secs

Ci-contre : betteraves au vinaigre

Poivrons rouges grillés confits à l'huile

POUR ENVIRON 1 L

1 kg de gros poivrons rouges, coupés en deux et épépinés
1 oignon rouge finement émincé
Gros sel (voir méthode)
2 tomates aux herbes séchées au four (voir page 133) coupées en fines lamelles
3 petites feuilles de laurier
3 brins de thym frais
2 cuillerées à soupe de câpres au vinaigre en bocal
350 ml d'huile d'olive, prévoir un peu plus pour arroser

Utilisez des poivrons lourds par rapport à leur taille, ils sont plus charnus. Les griller leur donne une saveur appétissante et fumée. Vous pouvez ajouter des olives noires dénoyautées dans les bocaux également.

1 Disposez les poivrons et les oignons dans un saladier en inox ou en plastique en saupoudrant chaque couche de sel. Posez une assiette au-dessus pour presser légèrement les légumes et laissez-les macérer dans un endroit frais pendant une journée, en remuant de temps en temps délicatement.

2 Mettez les poivrons et l'oignon dans une passoire puis rincez-les sous l'eau froide. Égouttez, séchez à l'aide d'un torchon propre et étalez-les sur un linge propre et sec afin qu'ils sèchent complètement à l'air libre.

3 Préchauffez le grill. Réservez l'oignon, badigeonnez les moitiés de poivrons d'huile d'olive et faites-les cuire sur les deux faces jusqu'à ce que la peau noircisse et forme des cloques.

4 Rangez les poivrons dans un bocal stérilisé avec l'oignon rouge, les lamelles de tomates séchées, les feuilles de laurier, le thym et les câpres.

5 Versez l'huile dans le bocal et couvrez entièrement les poivrons. Faites tourner les bocaux pour éliminer les bulles d'air et scellez. Conservez les bocaux dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière au moins 1 mois avant de les ouvrir. Vous pouvez les stocker jusqu'à 1 an.

Pâtes aux poivrons et au prosciutto

POUR 3 À 4 PERSONNES

400 g de fettucine en paquet
6 moitiés d'oignons rouges grillés à l'huile, égouttés et coupés en lamelles
200 g de prosciutto coupé en fines lamelles
Environ 2 cuillerées à soupe de câpres au vinaigre en bocal
Environ 4 cuillerées à soupe de basilic frais, coupé en lamelles
4 cuillerées à soupe d'huile provenant des bocaux de poivrons rouges grillés à l'huile
Sel et poivre noir fraîchement moulu

Pour un contraste de texture, les lamelles de prosciutto peuvent être sautées dans une poêle à frire (sans huile) jusqu'à ce qu'elles soient bien croustillantes, avant de les ajouter aux pâtes.

1 Jetez les fettucine dans une grande casserole d'eau bouillante salée. Portez de nouveau à ébullition rapidement et faites cuire en respectant le temps de cuisson indiqué sur le paquet.

2 Égouttez les pâtes et ajoutez le reste des ingrédients. Servez sans tarder.



Pâtes aux poivrons et au prosciutto





Gratin à la provençale

Les conserves maison tombent à pic lorsque l'on veut ajouter un petit quelque chose qui apportera en un clin d'œil un brin d'originalité à un plat unique.

POUR 4 PERSONNES

2 moitiés de poivrons rouges grillés à l'huile (voir page 108), émincés, ou un petit poivron rouge coupé dans le sens de la longueur (facultatif)

700 g de pommes de terre non farineuses, cuites à l'eau et coupées en fines rondelles

Environ 300 g de courgettes, coupées en fines rondelles

350 g de tomates coupées en fines rondelles

12 olives noires dénoyautées, conservées de préférence dans de l'huile, et hachées

50 g d'un morceau de parmesan frais râpé

5 cuillerées à soupe d'herbes de Provence hachées congelées (voir page 59)

Sel et poivre fraîchement moulu

Huile d'olive extra-vierge pour arroser

1 Préchauffez votre four à 225°C. Si vous utilisez un poivron rouge frais, préchauffez le grill et faites-le griller jusqu'à ce que la peau se détache. Laissez le poivron refroidir avant de le peler. Coupez-le ensuite en lamelles.

2 Disposez les pommes de terre, les courgettes, les tomates et le poivron rouge en couches dans un grand plat à four creux. Parsemez le mélange d'olives, de fromage, d'herbes, de sel et de poivre noir entre chaque couche de légumes. Terminez avec une couche de pommes de terre. Arrosez le dessus de quelques gouttes d'huile.

3 Faites cuire 30 à 40 minutes jusqu'à ce que le dessus soit bien doré et croustillant.

Gelée de poivrons rouges

POUR ENVIRON 1 KG

4 gros poivrons rouges finement hachés
2 à 3 piments rouges frais, épépinés et finement hachés
400 ml de vinaigre de cidre
1 kg de sucre cristallisé
Pectine du commerce (suivre les indications du paquet pour la quantité et le procédé)
1/2 cuillerée à café de gros sel

Pour cette gelée claire d'un rouge rubis, hachez finement les poivrons à l'aide d'un grand couteau bien affûté. Réservez le jus des poivrons hachés et ajoutez-le dans la casserole (étape 1). Cette conserve, à la fois piquante et douce, est parfaite pour accompagner ou glacer du poulet ou du porc rôti ou grillé, ou encore pour parfumer les fromages doux et crémeux.

1 Mettez les poivrons, les piments et le vinaigre dans un faitout inoxydable. Portez à ébullition, puis laissez frémir pendant 15 minutes.

2 Versez le contenu du faitout dans un sac à gelée suspendu au-dessus d'un saladier non métallique. Laissez le jus s'écouler pendant 15 minutes.

3 Jetez le reste de pulpe du sac à gelée. Versez le jus dans une casserole propre, ajoutez le sucre, la pectine et le sel en remuant, et faites chauffer doucement afin que le sucre fonde. Portez à ébullition puis laissez cuire jusqu'au point de cuisson (voir page 23).

4 Remplissez les bocaux (voir page 11), puis fermez-les à l'aide de disques de paraffine et de film transparent (voir page 14). Laissez refroidir, étiquetez et conservez dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière jusqu'à 6 mois.

Chutney de poivrons rouges

POUR ENVIRON 3 KG

1 kg de gros poivrons rouges hachés
700 g d'oignons rouges hachés
575 g de pommes à cuire, sans trognon et hachées
85 cl de vinaigre de vin rouge
2 cuillerées à soupe de paprika
4 cuillerées à soupe de gingembre frais haché
2 cuillerées à café rases de « tout-épices » broyés
Pincée de piment rouge pilé
450 g de sucre

Pour conserver la couleur rouge vif des poivrons, évitez de remplacer le sucre brun clair par du sucre cristallisé même si vous en préférez le goût.

1 Mettez les poivrons, les oignons, les pommes, les tomates et le vinaigre dans une casserole non réactive.

2 Placez les épices dans un sac en mousseline noué à l'aide de ficelle. Attachez au manche de la casserole de façon à ce que le sac soit suspendu au-dessus des ingrédients. Faites cuire pendant 20 minutes jusqu'à ce que les légumes et les pommes soient tendres.

3 Sur feu doux, ajoutez le sucre et remuez jusqu'à ce qu'il fonde, puis laissez mijoter jusqu'à obtention d'une consistance épaisse. Pressez le contenu du sac contre la paroi de la casserole et retirez le sac. Le chutney est prêt lorsqu'il nappe le dos de la cuillère. La préparation continuera d'épaissir en refroidissant.

4 Remplissez les bocaux (voir page 11), puis fermez-les à l'aide de disques de paraffine et de couvercles antiacide (voir page 14). Laissez refroidir, étiquetez et conservez dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant 6 semaines avant de les ouvrir. Ils peuvent se conserver jusqu'à 1 an.

Ci-contre : gelée de poivrons rouges





Chou rouge mariné à l'orange

Si vous ouvrez cette conserve 3 à 4 mois après sa préparation, le chou n'en sera que plus tendre, et le résultat plus savoureux. Il se mariera parfaitement bien avec du pain et du fromage, des viandes fumées et des ragoûts en cocotte.

1 Disposez le chou et l'oignon en couches en saupoudrant chacune de sel. Posez la passoire sur une assiette et laissez s'écouler le jus toute la nuit. Le lendemain, rincez bien les légumes et séchez-les à l'aide d'un torchon propre. Étalez les légumes sur un autre torchon propre et laissez sécher entièrement à l'air.

2 Pendant ce temps, préparez le vinaigre épicé : mettez tous les ingrédients, le zeste et le jus d'oranges dans une casserole inoxydable et faites chauffer doucement en remuant jusqu'à ce que le sucre ait fondu et laissez cuire 2 minutes. Retirez du feu puis laissez refroidir.

3 Portez de nouveau le vinaigre à ébullition ; retirez du feu. Mélangez les raisins avec le chou et l'oignon et rangez-les serrés dans des bocaux stérilisés. Ajoutez le vinaigre, répartissez bien les raisins et les épices et appuyez bien sur le chou. Faites tourner les bocaux pour éliminer les éventuelles bulles d'air. Fermez-les et laissez refroidir. Étiquetez les bocaux et conservez-les dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant au moins un mois avant de les ouvrir. Ils peuvent se conserver 3 à 4 mois.

POUR ENVIRON 1 KG

1 chou rouge d'environ 1 kg, coupé en quatre puis en lanières, sans trognon

1 gros oignon finement émincé

Gros sel

Zeste et jus de 3 grosses oranges

Pour le vinaigre épicé :

350 ml de vinaigre de vin rouge

175 ml de vinaigre de framboises

1 cuillerée à café et demie de baies de piment de la Jamaïque, légèrement broyées

1 cuillerée à café et demie de poivre noir en grains

1 cuillerée à café et demie de clous de girofle entiers

2 feuilles de laurier, coupées en deux

Bâton de cannelle de 5 cm de long

1 cuillerée à soupe de sucre brun

75 g de raisins secs

Porc braisé au chou rouge mariné

Cette recette est très simple à réaliser. Une fois les côtelettes bien dorées, la préparation cuit tranquillement sans qu'il soit nécessaire de vérifier la cuisson. Elle ne s'abîmera pas non plus si vous ne le consommez pas juste après la cuisson. Vous pouvez également le cuire au four préchauffé entre 150 et 160°C.

1 Faites dorer rapidement les côtelettes de porc sur les deux côtés dans une poêle à frire à feu moyen puis vif. Salez et poivrez à votre convenance puis posez-les sur une assiette. Ajoutez le chou dans la poêle pour qu'il finisse de cuire.

2 Transférez le chou dans un plat à four lourd. Nichez les prunes dans le chou et déposez les côtelettes sur la couche de légumes. Couvrez et faites cuire à feu très doux 45 minutes jusqu'à ce que la viande et le chou soient très tendres. Retournez les côtelettes à mi-cuisson.

POUR 4 PERSONNES

4 côtelettes premières de porc d'environ 225 g chacune

Sel et poivre noir fraîchement moulu

700 g de chou rouge mariné à l'orange, égoutté

4 prunes mûres, d'environ 100 g chacune, coupées en quartiers et dénoyautées

Ci-contre : porc braisé au chou rouge mariné

Pickles de concombres

POUR ENVIRON 700 G

2 petits concombres pour un poids total d'environ 450 g, coupés en rondelles
1 oignon espagnol, ou un gros oignon doux, émincé
3 cuillerées à soupe de gros sel
175 ml de vinaigre de vin blanc
150 g de sucre cristallisé ou de sucre brun clair
2 cuillerées à café de graines de moutarde noire, légèrement broyées
1 cuillerée à café de graines de coriandre légèrement broyées
1 cuillerée à café de graines de céleri, légèrement broyées

Bien qu'on le considère comme un pickles américain classique, cette recette originale nous vient d'Angleterre. Elle s'est popularisée au fil des années au point de devenir une conserve aigre-douce très prisée. On l'utilise souvent dans les sandwichs ou les hot dogs et pour accompagner bien d'autres plats.

1 Disposez en couches les concombres et l'oignon dans une passoire en saupoudrant chacune d'entre elles de sel. Posez la passoire sur une assiette et laissez égoutter toute la nuit dans un endroit frais. Le lendemain, rincez bien les légumes et séchez-les entièrement à l'aide d'un linge propre.

2 Mettez le vinaigre, le sucre, les graines de moutarde, de coriandre et de céleri dans une casserole inoxydable et faites chauffer doucement en remuant à l'aide d'une cuillère en bois jusqu'à ce que le sucre ait fondu, puis faites cuire 3 minutes.

3 Ajoutez le concombre et l'oignon dans la casserole et portez de nouveau à ébullition rapide. Faites bouillir une minute, puis retirez la casserole du feu.

4 Rangez les légumes dans des bocaux stérilisés chauds et versez du vinaigre chaud pour les recouvrir. Faites tourner les bocaux pour éliminer les éventuelles bulles d'air. Fermez-les et laissez refroidir. Étiquetez les bocaux et conservez-les dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant au moins 1 mois avant de les ouvrir. Ils peuvent se conserver 1 an.

Cornichons à l'aneth

POUR ENVIRON 2 LITRES

900 ml de vinaigre de vin blanc
570 ml d'eau
1 cuillerée à café de graines d'aneth
2 cuillerées à café de poivre noir en grains broyés
1 éclat de macis (facultatif)
6 cuillerées à soupe de gros sel
10 à 12 petits cornichons
1 bouquet d'aneth frais
4 à 5 gousses d'ail

Dans cette recette, on utilise un mélange de vinaigre de vin blanc et d'eau pour donner davantage de douceur aux pickles. Ne choisissez pas des concombres non paraffinés, le vinaigre ne pourrait pas pénétrer leur peau.

1 Versez le vinaigre et l'eau dans une casserole inoxydable. Ajoutez les graines d'aneth, les grains de poivre, le macis et le sel. Portez à ébullition sur feu vif et faites bouillir 3 minutes. Retirez du feu et laissez refroidir.

2 Rangez les cornichons dans un bocal propre et ajoutez l'aneth frais et l'ail.

3 Remplissez le bocal de la marinade froide et des épices. Fermez-le. Étiquetez et conservez au réfrigérateur. Vérifiez au bout de quelques jours que les cornichons sont toujours bien recouverts de la marinade. Si ce n'est pas le cas, mettez un peu de papier sulfurisé dans le bocal pour maintenir les cornichons sous la surface. Retirez le papier après deux semaines.

4 Conservez dans le réfrigérateur pendant un mois avant d'ouvrir. Vous pourrez garder les cornichons au réfrigérateur pendant 3 mois.

Ci-contre : pickles de concombres



Chutney à la méditerranéenne

POUR ENVIRON 1,8 KG

1 kg de grosses tomates, mondées et hachées
350 g de courgettes hachées
350 g d'aubergines hachées
350 g de poivrons rouges hachés
350 g d'oignons hachés
3 gousses d'ail hachées
1 cuillerée à soupe de paprika
1 cuillerée à café et quart de graines de coriandre, légèrement broyées
1 cuillerée à soupe de gros sel
300 ml de vinaigre de vin rouge
350 g de sucre brun

Ce chutney devrait séduire les amateurs de ratatouille. Les proportions de légumes peuvent varier selon vos préférences.

1 Faites chauffer doucement tous les légumes, l'ail, les épices et le sel, à couvert, dans une casserole non réactive 10 minutes, en remuant jusqu'à ce que le jus ait coulé.

2 Retirez le couvercle, portez à ébullition et laissez mijoter pendant près d'une heure jusqu'à ce que les légumes soient tendres et que le liquide se soit presque évaporé. Mélangez pour éviter que les légumes n'attachent.

3 Sur feu doux, versez le vinaigre et le sucre jusqu'à ce que ce dernier ait fondu. Le chutney est prêt lorsqu'il nappe la cuillère. La préparation continuera d'épaissir en refroidissant.

4 Préparez et remplissez les bocaux (voir page 11), puis fermez-les à l'aide de disques de paraffine et de couvercles antiacidité (voir page 14). Conservez dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant au moins 1 mois avant de les ouvrir. Le chutney se conserve une année.

Haricots verts au vinaigre

POUR ENVIRON 1,4 KG

350 g de gros oignons, finement émincés
450 ml de vinaigre de vin blanc
450 g de haricots verts équeutés
Sel (voir méthode)
7 cuillerées à café de Maïzena
2 cuillerées à café de poudre de moutarde
1 cuillerée à café et demie de curcuma moulu
350 g de sucre brun clair

Cette recette peut accompagner des viandes froides ou agrémenter des sandwichs.

1 Mettez les oignons et 150 ml de vinaigre dans une casserole en inox et laissez mijoter doucement 10 à 15 minutes jusqu'à ce que les oignons soient tendres.

2 Pendant ce temps, faites cuire les haricots dans de l'eau bouillante salée pendant 5 minutes. Égouttez-les et ajoutez-les aux oignons cuits.

3 Mettez la Maïzena, la poudre de moutarde et le curcuma dans un petit saladier et ajoutez le reste du vinaigre, en remuant, jusqu'à obtenir une pâte lisse. Mélangez la pâte dans l'oignon et les haricots, puis mouillez avec le reste du vinaigre. Laissez mijoter 10 minutes.

4 Ajoutez le sucre et remuez jusqu'à ce qu'il ait fondu. Laissez mijoter encore 15 minutes.

5 Répartissez les légumes et le liquide dans des bocaux stérilisés chauds. Faites-les tourner pour éliminer les éventuelles bulles d'air. Fermez-les et laissez refroidir. Étiquetez les bocaux et conservez-les dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant 1 mois avant de les ouvrir.

Ci-contre : chutney à la méditerranéenne



Lamelles d'aubergines à l'huile

POUR ENVIRON 1 LITRE

2 aubergines, coupées en lamelles de 1,5 cm d'épaisseur
Gros sel (voir méthode)
Huile d'olive extra-vierge
2 brins de romarin
4 brins de thym

Afin de réaliser un joli décor sur les lamelles d'aubergines, faites-les cuire deux fois sur chaque face, en les plaçant sur la grille du four de façon à ce que la seconde série de marques de la grille soit symétrique à la première.

1 Disposez les aubergines en couches dans une passoire en saupoudrant chacune d'entre elles de sel. Posez la passoire sur une assiette, placez ensuite une assiette lourde sur la passoire et laissez dégorger toute une nuit.

2 Rincez bien les lamelles d'aubergines, égouttez-les et séchez-les à l'aide de papier de cuisine. Étalez ensuite sur un torchon propre et laissez sécher.

3 Mettez les aubergines dans un saladier et arrosez-les d'huile d'olive.

4 Faites chauffer une grande poêle à fond cannelé jusqu'à ce que l'on sente la chaleur à environ 2,5 cm. Déposez les lamelles d'aubergines dans la poêle et faites-les revenir jusqu'à ce qu'elles prennent les marques du grill. Retournez les lamelles et faites-les également revenir. Pendant la cuisson, si les tranches sont striées mais pas assez tendres, réduisez le feu. Si elles sont tendres mais pas striées, augmentez-le.

5 Étalez les tranches sur une grille pour les faire refroidir.

6 Versez une couche de 1,5 cm d'huile d'olive au fond des bocaux. Répartissez les tranches dans les bocaux, et ajoutez l'huile d'olive, puis un brin de romarin et deux de thym dans chaque bocal. Ajoutez encore un peu d'huile d'olive sur le dessus et fermez. Étiquetez les bocaux et conservez-les dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière 1 mois avant de les ouvrir. Ils peuvent se conserver jusqu'à 6 mois.

Sandwich à la mozzarelle et aux aubergines

POUR 2 PERSONNES

4 tranches de pain
1 morceau moyen de mozzarelle fraîche, en tranches
8 lamelles d'aubergines à l'huile
2 filets d'anchois, coupés en deux (facultatif)
1 grosse pincée d'origan
2 gros œufs battus
Sel et poivre noir fraîchement moulu
Un peu d'huile des tranches d'aubergines à l'huile, pour faire revenir

À la place des anchois, vous pouvez utiliser des tomates séchées au four aux herbes hachées (voir page 133) et des olives noires.

1 Posez deux tranches de pain sur votre plan de travail. Recouvrez-les de mozzarelle puis de tranches d'aubergines. Mettez un morceau d'anchois sur le dessus et parsemez d'origan.

2 Recouvrez avec le reste des tranches de pain et rassemblez les bords.

3 Salez et poivrez les œufs battus. Trempez ensuite les bords de chaque sandwich dans les œufs.

4 Faites chauffer une fine couche d'huile dans une poêle. Faites revenir les sandwiches des deux côtés jusqu'à ce que l'extérieur soit bien doré et que le fromage commence à fondre. Égouttez rapidement sur du papier absorbant et servez.

Ci-contre : sandwich à la mozzarelle et aux aubergines





Champignons à l'huile

POUR ENVIRON 2 LITRES

425 ml d'huile d'olive
1 petit oignon finement haché
1/2 petit poivron rouge, épépiné et finement haché
2 gousses d'ail hachées
425 ml de vinaigre de vin blanc
300 ml d'eau
Quelques brins de thym frais
Quelques brins de persil frais
Quelques brins d'estragon frais
3 feuilles de laurier
5 graines de coriandre broyées
10 grains de poivre noir broyés
1 kg d'un assortiment de champignons

Cette recette peut être préparée avec des champignons achetés dans le commerce, notamment des champignons plus exotiques comme les shiitakes et les girolles ou des champignons en bouton ordinaires. N'oubliez pas qu'il ne faut jamais cueillir des champignons sauvages si vous ne savez pas de source sûre s'ils sont comestibles.

1 Faites chauffer un peu de l'huile dans une grande casserole et faites revenir les oignons, le poivron rouge et l'ail jusqu'à ce qu'ils soient tendres mais ne noircissent pas. Mouillez avec le vinaigre et l'eau. Ajoutez les herbes fraîches, les feuilles de laurier, les graines de coriandre et les grains de poivre. Portez à ébullition et poursuivez la cuisson à découvert pendant 5 minutes.

2 Mettez les champignons dans un grand saladier non métallique et versez dessus le contenu de la casserole. Posez une assiette sur le dessus afin de maintenir les champignons sous le liquide et laissez dans un endroit frais pendant 12 heures ; remuez de temps en temps les champignons.

3 Filtrez le liquide du saladier. Séchez tous les légumes et les aromates avec du

papier absorbant, puis étalez-les sur plusieurs feuilles de papier absorbant pour les faire sécher.

4 À l'aide d'une écumoire, rangez quelques légumes et aromates dans des bocaux stérilisés secs à large ouverture. Versez lentement l'huile de façon à recouvrir les légumes. Rajoutez des légumes et de l'huile jusqu'à ce que le récipient soit rempli. Appuyez sur le contenu du bocal et faites-le tourner pour éliminer les bulles d'air.

5 Fermez hermétiquement. Conservez dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant au moins 1 mois avant de les utiliser.

Ketchup de champignons

Si vous utilisez des champignons sauvages et des champignons des champs au lieu de champignons cultivés, le produit final aura la consistance d'une sauce lisse. Soyez très vigilant lorsque vous cueillez des champignons sauvages et ne les consommez jamais avant d'être certain qu'ils sont comestibles. Utilisez ce ketchup pour parfumer des plats à base de viande, de champignons, ou de fromage et d'œufs.

POUR ENVIRON 750 ML, SELON LA TENEUR EN EAU DES CHAMPIGNONS

1,6 kg de gros champignons ouverts, chapeaux enlevés, tels que des portobello, finement hachés
3 cuillerées à soupe de gros sel
1 cuillerée à café rase de grains de poivre noir, légèrement broyés
1 cuillerée à café de « quatre-épices », légèrement broyés
1 cuillerée à café de clous de girofle entiers
1/2 cuillerée à café de noix de muscade fraîchement râpée
300 ml de vinaigre de vin rouge

1 Mettez les champignons et le sel dans un saladier en inox ou en plastique et mélangez. Couvrez le saladier et laissez macérer dans un endroit frais 36 à 48 heures, en remuant et en écrasant les champignons de temps en temps.

2 Versez les champignons et le liquide dans une casserole inoxydable. Ajoutez le reste des ingrédients et portez à ébullition.

3 Si vous utilisez des champignons cultivés, faites bouillir jusqu'à évaporation complète du liquide. Ensuite, mixez les champignons de façon à obtenir une purée en morceaux. Faites de nouveau chauffer cette purée puis versez le contenu dans des bocaux stérilisés chauds, fermez et laissez refroidir. Conservez-les dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant au moins 1 mois avant de les ouvrir.

4 Pour les champignons sauvages, procédez à partir de l'étape 2, portez à ébullition et laissez mijoter pendant 2 heures environ. Passez la préparation à travers un tamis fin, puis reversez le liquide dans la casserole et portez de nouveau à ébullition. Versez ensuite dans des bouteilles stérilisées chaudes et scellez. La teneur en sel et en vinaigre est suffisante pour servir de conservateur au ketchup, à condition que les bouteilles soient parfaitement scellées. Vous pouvez stériliser les bouteilles au bain-marie pendant 10 minutes (voir page 16). Attendez qu'elles aient refroidi pour les étiqueter.

Poulet à la crème aux champignons à l'huile

POUR 4 PERSONNES

- 2 cuillérées à soupe d'huile des champignons à l'huile (voir page 122)
- 3 gousses d'ail hachées
- 700 g de blancs de poulet sans os, coupés en lanières
- 175 ml de vin de Madère assez doux
- 450 g de champignons à l'huile (voir page 122), égouttés
- 325 ml de crème aigre allégée ou de crème fraîche
- 5 cuillerées à soupe d'estragon frais haché
- Sel et poivre noir fraîchement moulu

Ce plat rapide à préparer est parfait pour égayer vos repas ou vous faire tout simplement plaisir. Servez avec une purée ou des pâtes.

1 Faites chauffer l'huile dans une grande poêle à frire, faites-y revenir l'ail 2 à 3 minutes. Ajoutez le poulet et faites revenir 5 à 6 minutes, en remuant souvent, jusqu'à ce qu'il soit bien doré et que le jus coule clair.

2 Ajoutez le vin de Madère, laissez mijoter 3 à 4 minutes, puis ajoutez les champignons, la crème, l'estragon, le sel et le poivre. Faites cuire le tout 3 minutes jusqu'à ce que la crème et les champignons soient bien chauds.

Échalotes confites

POUR ENVIRON 1 LITRE

- 115 g de gros sel
- 1,2 l d'eau
- 1 kg d'échalotes, pelées, extrémités des racines intactes
- 570 ml de vinaigre de vin blanc
- 300 ml de vinaigre de Xérès
- 150 ml de vinaigre balsamique
- 2 piments rouges séchés
- 1 bâtonnet de cannelle
- 5 baies de piments de la Jamaïque broyées
- 2 éclats de macis
- 2 feuilles de laurier

Les échalotes étant plus douces que les oignons, et les vinaigres utilisés dans cette recette bien moins âpres que le vinaigre de malt brun, on obtient ici une version plus raffinée et plus douce que les pickles d'oignons.

1 Versez le sel dans un saladier non métallique et ajoutez l'eau. Lorsque le sel est dissout, ajoutez les échalotes. Posez une assiette lestée sur les échalotes de façon à les maintenir sous l'eau. Laissez macérer dans un endroit frais 2 jours, en remuant de temps en temps.

2 Environ 2 heures avant de faire mariner les échalotes, mettez les vinaigres, les piments, la cannelle, le macis et les feuilles de laurier dans une casserole inoxydable et portez doucement à ébullition. Laissez frémir une minute, puis retirez du feu et laissez refroidir.

3 Versez les échalotes dans une passoire et rincez-les sous l'eau froide. Égouttez et séchez bien à l'aide d'un torchon propre. Étalez les échalotes sur un torchon propre et sec et laissez sécher à l'air libre.

4 Rangez les échalotes dans des bocaux. Filtrez le vinaigre à travers un tamis tapissé d'étamine puis versez-le dans les bocaux et recouvrez complètement les échalotes. Faites tourner les récipients pour éliminer les éventuelles bulles d'air. Scellez bien et étiquetez. Conservez dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant au moins 1 mois avant de les ouvrir. Ils se conservent environ 1 an.

Ci-contre : poulet à la crème aux champignons à l'huile







Confiture d'oignons rouges à l'aigre-doux

Depuis quelques années, les confitures et les marmelades d'oignons reviennent en force. Il s'agit d'une recette aigre-douce d'oignons cuits lentement que l'on utilise immédiatement. Vous pouvez cependant ranger les bocaux sur vos étagères avant de les servir avec des saucisses et des pommes de terre, du rôti de bœuf ou de porc.

ENVIRON 1 L

55 ml d'huile d'arachide
1,4 kg d'oignons rouges, certains finement émincés, d'autres hachés
2 grains d'anis étoilé broyés
8 grains de poivre noir broyés
2 cuillerées à café de gros sel
225 g de sucre brun clair ou de sucre cristallisé
175 ml de vinaigre de framboises
175 ml de vinaigre de Xérès
55 ml de vinaigre de vin rouge
1/2 cuillerée à café de piment de la Jamaïque en poudre

1 Faites revenir les oignons, l'anis étoilé et les grains de poivre dans une grande poêle à frire. Saupoudrez de sel, couvrez et faites cuire doucement, en remuant de temps en temps, jusqu'à ce qu'ils soient tendres sans dorer ; le sel absorbera l'eau des oignons.

2 Ajoutez le sucre et laissez cuire encore 15 minutes, en remuant de temps en temps.

3 Versez les vinaigres et portez à ébullition. Laissez mijoter doucement jusqu'à quasi-évaporation du liquide, en remuant de temps à autre.

4 Préparez et remplissez les bocaux (voir page 11), puis fermez-les à l'aide de disques de paraffine et de film transparent (voir page 14). Laissez refroidir, étiquetez et conservez dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant 2 semaines avant de les ouvrir. Cette confiture peut se conserver 6 mois.

Confiture d'ananas et de courges

Cette confiture à la robe dorée offre l'apparence d'une purée légèrement gélifiée.

POUR ENVIRON 700 G

1 kg de gros cubes de courges
1,2 kg d'ananas frais, coupé en cubes
2 cuillerées à soupe de jus de citron vert ou jaune frais
850 g de sucre cristallisé
Pectine du commerce (suivez les instructions de l'emballage quant aux quantités et au procédé)
Noix de beurre

1 Mettez la courge dans un faitout inoxydable, couvrez d'eau et laissez cuire doucement jusqu'à ce qu'elle soit tendre, en remuant de temps en temps, pour assurer une cuisson homogène. Écrasez-les en fin de cuisson à l'aide d'un presse-purée.

2 Ajoutez l'ananas et le jus de citron dans la casserole et laissez mijoter jusqu'à ce que le fruit soit tendre.

3 Sur feu doux, versez le sucre et la pectine sans cesser de remuer pour les dissoudre, puis augmentez le feu et faites cuire la confiture jusqu'à obtenir une consistance épaisse. Ajoutez le beurre pour éliminer l'écume.

4 Retirez la casserole du feu et laissez reposer 10 minutes. Préparez et remplissez les bocaux (voir page 11), puis fermez-les à l'aide de disques de paraffine et de film transparent (voir page 14). Laissez refroidir, étiquetez et conservez les bocaux dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière jusqu'à 9 mois. Conservez au réfrigérateur après ouverture.

Chutney de courges

Ce chutney à la belle couleur dorée parsemée de rouge sort vraiment de l'ordinaire.

POUR ENVIRON 1 KG

1 kg de courges finement hachées
4 cuillerées à soupe de gingembre frais haché
1 cuillerée à soupe et demie de baies de piment de la Jamaïque broyées
Une pincée de piments séchés et broyés
1 oignon haché
1 pomme à cuire, sans trognon et hachée non pelée
2 poivrons rouges hachés
570 ml de vinaigre de vin blanc
115 g et une cuillerée à soupe de sucre
150 g de mangues séchées hachées

1 Mettez la courge, le gingembre, le tout-épices et le piment broyés dans un faitout non réactif, recouvrez d'eau et laissez mijoter jusqu'à ce que la courge soit tendre. Écrasez la préparation à l'aide d'un presse-purée jusqu'à obtenir la consistance souhaitée.

2 Ajoutez l'oignon, la pomme, les poivrons et le vinaigre dans la casserole et laissez mijoter jusqu'à ce que les ingrédients aient bien ramolli.

3 Sur feu doux, ajoutez le sucre et la mangue et faites chauffer doucement sans cesser de remuer jusqu'à ce que le sucre ait fondu, puis portez à ébullition et laissez mijoter, en remuant si nécessaire, jusqu'à ce que le chutney prenne une consistance épaisse. Il est prêt lorsqu'il nappe la cuillère. Il continuera d'épaissir en refroidissant.

4 À l'aide d'une louche, versez le chutney dans des bocaux stérilisés chauds et fermez (voir page 14). Laissez refroidir, étiquetez et conservez-les dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant au moins 1 mois avant de les ouvrir. Ce chutney peut se conserver 1 an.

Ci-contre : chutney de courges



Marmelade de courges

POUR ENVIRON 3 KG

3 grosses oranges
300 ml d'eau
1,8 kg de gros cubes de courges
1,8 kg de sucre cristallisé
Pectine du commerce (suivre les instructions sur l'emballage)

En Europe, les marmelades sont réalisées avec diverses variétés de fruits, oranges y compris. C'était le cas en Angleterre, jusqu'au XIX^e siècle. Aujourd'hui, les Anglais ne la préparent qu'avec des oranges de Séville. Cette marmelade a une consistance plus épaisse que les marmelades d'agrumes, et une saveur orangée plus douce et plus fraîche.

1 Sans les peler, coupez les oranges en quartiers puis en tranches de l'épaisseur souhaitée.

2 Mettez les tranches d'oranges dans une petite casserole inoxydable, ajoutez l'eau et laissez mijoter à couvert pendant 15 à 20 minutes jusqu'à ce que le zeste soit tendre.

3 Versez la courge dans une casserole plus grande, versez-y l'eau des oranges (réservez les tranches d'oranges), couvrez et laissez cuire jusqu'à ce que les morceaux soient tendres. Transformez en purée dans la casserole à l'aide d'un presse-purée.

4 Sur feu doux, incorporez le sucre et la pectine dans les courges et faites-les fondre. Ajoutez les tranches d'oranges et faites cuire jusqu'au point de cuisson (voir page 23).

5 Retirez la casserole du feu et laissez reposer 10 minutes. Préparez et remplissez les bocaux (voir page 11), puis fermez-les à l'aide de disques de paraffine et de film transparent (voir page 14). Laissez refroidir, étiquetez et conservez les bocaux dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière jusqu'à 6 mois.

Marmelade de courges et brown betty aux pommes

POUR 4 PERSONNES

150 g de chapelure
85 g de beurre doux fondu
6 à 8 cuillerées à soupe de marmelade de courges
550 g de pommes à cuire, pelées, sans trognon et en tranches fines
Cassonade, pour saupoudrer

Le parfum de la marmelade de courges apporte une saveur sucrée surprenante et fruitée à ce délice de pommes.

1 Préchauffez le four à 180°C. Mélangez la chapelure et le beurre jusqu'à ce qu'ils soient bien imprégnés. Déposez une couche bien lisse dans le fond d'un plat à four creux, en réservant une partie du mélange pour le dessus.

2 Mélangez la marmelade aux pommes et disposez le mélange dans le plat, en veillant à ce que le dessus soit bien lisse. Recouvrez du reste de chapelure, en tapotant pour bien répartir le tout. Saupoudrez enfin de cassonade et faites cuire 30 à 40 minutes jusqu'à ce que les pommes soient tendres et le dessus doré et croustillant.

Ci-contre : marmelade de courges et brown betty aux pommes





Chutney de tomates épicé

De toutes les recettes de chutneys, celle à la tomate est la plus courante. C'est aussi ma préférée !

1 Mettez tous les ingrédients dans un faitout inoxydable, portez à ébullition et laissez mijoter, en remuant jusqu'à obtention d'une consistance épaisse. Le chutney est prêt lorsqu'il nappe le dos de la cuillère. Il continuera d'épaissir en refroidissant.

2 Préparez et remplissez les bocaux (voir page 11), puis fermez-les à l'aide de disques de paraffine et de couvercles antiacidité (voir page 14). Laissez refroidir, étiquetez et conservez dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant au moins 1 mois avant de les ouvrir. Vous pourrez les conserver pendant une année.

POUR ENVIRON 1,2 KG

2 gros oignons rouges hachés
4 à 6 gousses d'ail hachées
1 poivron rouge haché
225 g de pommes à cuire sans trognon et hachées sans être pelées
1 piment rouge frais, épépiné (facultatif) et finement haché
6 cuillerées à soupe de gingembre frais haché
3 cuillerées à soupe de cumin moulu
2 cuillerées à soupe d'origan séché
1 kg de tomates mûres mais fermes, mondées et hachées
225 ml de vinaigre de vin rouge
115 g de sucre brun clair ramolli ou de sucre cristallisé

Tomates séchées au four parfumées aux herbes

Sécher ses tomates dans le four avant de les mettre en bocal avec de l'huile est sans doute l'un des meilleurs moyens de les conserver.

1 Préchauffez votre four au thermostat minimum. Recouvrez le fond du four de papier aluminium pour le protéger des gouttes.

2 Coupez les tomates en deux dans le sens de la longueur et épépinez-les à l'aide d'une cuillère à café. Lorsqu'elles sont prêtes, placez-les face coupée sur plusieurs feuilles de papier absorbant.

3 Saupoudrez très légèrement tous les morceaux de tomates de sel et posez-les, face coupée vers le bas, sur une grille en métal, en les séparant un peu. Glissez la grille dans le four et laissez la porte de celui-ci entrouverte, afin que les tomates sèchent au lieu de cuire.

4 Laissez reposer les tomates 6 à 12 heures, selon leur taille et la température du four, jusqu'à ce qu'elles soient sèches mais encore moelleuses. Retirez du four et laissez refroidir.

5 Rangez sans trop serrer les tomates dans des bocaux stérilisés secs, et ajoutez les herbes. Versez l'huile de façon à couvrir les tomates en laissant un vide de 1,5 cm. Faites tourner les bocaux pour éliminer les bulles d'air et scellez. Étiquetez-les et conservez-les dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière1 mois avant de les ouvrir. Elles se conservent environ 6 mois.

POUR ENVIRON 1 LITRE

2,7 kg de tomates mûres et charnues (plus elles seront charnues, meilleur sera le résultat)
Sel de mer (voir méthode)
Plusieurs brins de romarin frais, plus un mélange d'herbes fraîches comme le basilic, le thym, la marjolaine ou l'origan
1 feuille de laurier
Environ 570 ml d'huile d'olive vierge

Ci-contre : chutney de tomates épicé

Sauce aux tomates rôties

POUR ENVIRON 600 ML

1,4 kg de tomates oblongues mûres, coupées en deux
4 gousses d'ail
5 brins de thym
1 brin de romarin
Sel et poivre noir
2 cuillerées à café de sucre semoule
Huile d'olive pour arroser

Le fait de rôtir les tomates donne un arôme plus concentré à cette sauce étonnamment riche en saveur. Ajoutez-y des olives noires hachées, des filets d'anchois et des herbes fraîches après l'avoir réduite en purée.

1 Préchauffez votre four à 200°C. Disposez les tomates, face coupée en l'air, dans un plat à four légèrement huilé. Parsemez les tomates d'ail et d'herbes. Saupoudrez de sel, de poivre et de sucre, et terminez en versant quelques gouttes d'huile d'olive. Faites rôtir les tomates 20 minutes jusqu'à ce que les bords aient noirci. Baissez la température à 180°C et prolongez la cuisson de 45 à 50 minutes jusqu'à ce que les tomates aient bien réduit en taille.

2 Jetez les brins d'herbe et réduisez les tomates et l'ail en purée. Pour obtenir une sauce bien lisse, passez cette purée à travers un tamis fin non réactif.

3 Laissez refroidir la sauce, puis versez-la dans un récipient à congélation jusqu'à 2,5 cm du bord. Faites-la congeler jusqu'à ce qu'elle ait une consistance solide. Couvrez d'un couvercle rigide et fermez hermétiquement. Étiquetez les récipients.

4 Faites refroidir la sauce dans le réfrigérateur puis placez-la dans le congélateur. Couvrez le récipient et conservez-le pendant 3 mois maximum.

5 Pour utiliser la sauce, faites-la d'abord décongeler au réfrigérateur ou à température ambiante pendant 2 heures.

Ketchup de tomates

POUR ENVIRON 600 ML

1,4 kg de tomates mûres hachées
2 oignons rouges hachés
2 tiges de céleri hachées
2 gousses d'ail pilées (facultatif)
115 g de sucre brun clair ou de sucre cristallisé
175 ml de vinaigre de cidre
1/2 cuillerée à café de piment de Cayenne
1 cuillerée à café et demie de paprika
2 cuillerées à café de purée de tomates séchées au soleil (facultatif)
1/2 cuillerée à café de gros sel

Si les tomates que vous utilisez ne sont pas très mûres et qu'elles manquent de saveur, relevez leur goût en ajoutant deux cuillérées à café de purée de tomates séchées au soleil.

1 Mettez les tomates, les oignons, le céleri et l'ail dans une casserole inoxydable et faites cuire à feu très doux jusqu'à obtenir une pulpe. Augmentez le feu et faites cuire en remuant jusqu'à ce que le mélange épaississe.

2 Filtrez à travers un tamis fin inoxydable au-dessus de la casserole rincée. Sur feu doux, ajoutez le reste des ingrédients et remuez jusqu'à ce que le sucre ait fondu, puis laissez mijoter jusqu'à épaississement de la sauce.

3 Remplissez les bouteilles munies de couvercles à vis (voir page 11) puis stérilisez-les au bain-marie (voir page 16).

4 Laissez refroidir les bouteilles. Étiquetez et conservez dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant au moins 1 mois avant de les ouvrir. Le ketchup peut se conserver 1 an.

Ci-contre : sauce aux tomates rôties



Tomates séchées et galettes de fromage blanc à la ciboulette

POUR 4 PERSONNES

225 g de fromage blanc égoutté
2 gros œufs, blancs et jaunes séparés
85 g de farine à gâteau (avec levure)
6 moitiés de tomates séchées au four parfumées aux herbes (voir page 133), hachées
3 cuillerées à soupe de ciboulette hachée
Sel et poivre noir fraîchement moulu
3 cuillerées à soupe de lait
Huile d'olive pour la cuisson

Cette recette est un pur régal au petit déjeuner, lors d'un brunch ou même à l'occasion d'un apéritif. N'oubliez pas que la quantité de lait utilisée dépend du taux d'humidité du fromage blanc.

1 Battez le fromage et les jaunes d'œufs, puis ajoutez la farine sans cesser de remuer. Battez les blancs d'œufs en neige, afin qu'ils soient fermes mais pas secs. Versez une cuillérée à soupe de blancs d'œufs battus dans la préparation, puis incorporez le reste des blancs en deux paquets, et ajoutez juste après les tomates séchées, la ciboulette, le sel et le poivre. Ajoutez suffisamment de lait de façon à ce que le mélange tombe de la cuillère lorsqu'on la tapote.

2 Faites chauffer un peu d'huile dans une poêle non adhésive et versez-y quelques cuillérées de la préparation et étalez-les légèrement avec le dos de la cuillère. Faites cuire 2 à 3 minutes jusqu'à ce que le dessous soit doré, puis retournez-les délicatement et faites dorer l'autre côté.

Chutney de courgettes

POUR ENVIRON 1 KG

670 g de courgettes grossièrement hachées ou en rondelles très fines
Gros sel pour saupoudrer
2 oignons hachés
3 gousses d'ail hachées
175 g de raisins secs
1/2 cuillerée à café de grains de poivre noir pilés
2 cuillerées à soupe de gingembre frais haché
1 cuillerée à café et demie de sel de céleri
900 ml de vinaigre de vin blanc
300 g de sucre brun clair

Utilisez des petites courgettes, elles ont plus de goût. En grandissant, elles deviennent plus spongieuses et perdent de leur saveur pendant la salaison.

1 Disposez les courgettes en couches dans une passoire, en les saupoudrant de sel. Placez-la sur une assiette et laissez égoutter toute la nuit.

2 Le lendemain, rincez les courgettes sous l'eau froide, égouttez et essuyez en tapotant à l'aide d'un torchon propre. Mettez les courgettes dans un faitout non réactif avec les oignons, l'ail, les raisins secs, le poivre, le gingembre, le sel de céleri et le vinaigre. Portez à ébullition et laissez cuire doucement pendant 15 minutes jusqu'à ce que les oignons et les courgettes soient tendres.

3 Versez le sucre et faites-le fondre en remuant, puis laissez mijoter jusqu'à ce que le mélange soit bien épais. Le chutney est prêt lorsqu'il nappe le dos de la cuillère. Il prendra une consistance plus épaisse en refroidissant.

4 Préparez et remplissez les bocaux (voir page 11), puis fermez-les à l'aide de disques de paraffine et de film transparent (voir page 14). Laissez refroidir, étiquetez-les et conservez-les dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière jusqu'à 6 mois.



Chutney de courgettes





Pickles de légumes italiens

Lorsque les légumes sont bien rangés, les bocaux ont si belle allure sur votre étagère que l'on ne regrette pas d'avoir pris tant de soin à les préparer.

POUR ENVIRON 2 LITRES

225 g de courgettes coupées en julienne
225 g de fenouil coupé en julienne
350 g d'aubergines coupées en julienne
225 g d'oignons rouges coupés, racines comprises, en 8 morceaux
1 poivron rouge coupé en lanières
1 poivron jaune coupé en lanières
2 branches de céleri émincées
150 g de radis nouveaux
115 g de champignons en boutons, pédoncules coupés
175 g de gros sel
1,75 l d'eau
5 gousses d'ail coupées en lamelles
4 cuillerées à soupe d'huile d'olive extra-vierge
3 cuillerées à soupe d'huile de noix
725 à 850 ml de vinaigre de vin blanc
4 piments séchés
8 petits brins de thym et de romarin frais
8 petites feuilles de laurier

1 Disposez les légumes en couches, à l'exception de l'ail, dans un grand saladier non métallique, en saupoudrant chaque couche de sel. Versez l'eau sur les légumes. Mettez une assiette lourde sur le dessus pour maintenir les légumes sous l'eau. Laissez dans un endroit frais toute la nuit.

2 Le lendemain, versez les légumes dans une passoire et rincez sous l'eau froide. Égouttez et séchez bien à l'aide d'un torchon propre. Étalez les légumes sur un autre torchon propre et laissez sécher complètement à l'air libre.

3 Versez-les ensuite dans un saladier dans lequel vous ajouterez l'ail et les huiles.

4 Versez une fine couche de vinaigre au fond des bocaux stérilisés chauds. Répartissez les piments et les herbes dans chacun des bocaux. Rangez les légumes le plus serrés possible. Lorsque les bocaux sont à moitié remplis, ajoutez ce qu'il reste de piments et d'herbes et terminez de remplir.

5 Versez assez de vinaigre pour couvrir les légumes jusqu'à 5 mm du bord, en les poussant vers le bas. Faites tourner les bocaux pour en éliminer les bulles d'air puis scellez. Laissez refroidir, étiquetez-les et conservez-les dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant au moins 1 mois avant de les ouvrir et au maximum 6 mois.

Chutney de courgettes et pain au fromage

POUR 4 À 6 PERSONNES

350 g de farine à gâteau
350 g de farine de blé complet
Sel et poivre noir fraîchement moulu
1 cuillerée à café et demie de levure chimique
115 g de beurre doux coupé en dés
200 ml de lait
Une poignée de persil grossièrement haché
6 cuillerées à soupe de chutney de courgettes (voir page 136)
225 g de fontina, de mozzarelle fraîche, de gruyère ou de cheddar, râpé
1 gros oignon rouge haché très menu

Choisissez de préférence des fromages fondants, comme le fontina, la mozzarelle fraîche ou un gruyère vieux, si le pain est servi chaud. Si vous le servez froid, utilisez du cheddar (les fromages jeunes sont moins appétissants car ils ont peu de goût et tendent à rendre plus de gras pendant la cuisson). N'hésitez pas à utiliser d'autres chutneys dans cette recette, comme le chutney de tomates épicé (voir page 133), le chutney de poivrons rouges (voir page 112) ou le chutney à la méditerranéenne (voir page 118).

1 Préchauffez le fout à 200°C. Passez au tamis les farines, le sel, le poivre et la levure au-dessus d'un saladier. Ajoutez le beurre et à l'aide d'un coupe-pâte, coupez le mélange jusqu'à ce qu'il ressemble à des miettes de pain.

2 Versez le lait et le persil de façon à obtenir une pâte lisse. Ajoutez un peu de lait si elle est trop sèche.

3 Retournez la pâte sur une surface légèrement farinée et divisez-la en deux. Étalez une moitié de façon à obtenir un rectangle ou un cercle de 1,5 à 2 cm d'épaisseur et posez-la sur une plaque à gâteau. Étalez le chutney sur la pâte, en laissant un espace de 1,5 cm aux extrémités. Parsemez la pâte de fromage et des oignons en gardant deux cuillérées à soupe. Assaisonnez de poivre noir et frottez les bords d'eau.

4 Étalez l'autre moitié de pâte et posez-la sur la préparation en pressant légèrement les bords pour les sceller. Saupoudrez du reste du fromage.

5 Faites cuire dans le four sur la grille placée tout en haut pendant 10 minutes, puis transférez-la à mi-hauteur et laissez cuire encore 30 minutes jusqu'à ce que la pâte soit dorée et croustillante.

6 Laissez refroidir 10 minutes avant de servir.







Gelée d'oranges à l'estragon

POUR ENVIRON 2,5 KG

1,8 kg d'oranges coupées en deux et émincées en demi-cercles
450 g de citrons coupés en deux puis en demi-cercles
2,8 l d'eau
Sucre cristallisé ou sucre pour confiture (voir méthode)
2 cuillerées à soupe de feuilles d'estragon

Les gelées aux couleurs dorées et aux herbes parfumées comme celle-ci accompagnent parfaitement les viandes, les volailles ou les gibiers rôtis et grillés, soit en versant quelques cuillerées sur l'assiette, soit en la mélangeant au jus de cuisson pour en faire une sauce légère. Les gelées aux herbes se marient également bien avec les pâtés et certains poissons, tels que la truite ou le saumon. Vous pouvez utiliser d'autres herbes que l'estragon, comme le thym ou la menthe.

1 Mettez les oranges et les citrons dans un faitout non réactif avec l'eau. Portez à ébullition, puis laissez frémir doucement pendant une demi-heure jusqu'à ce que les fruits soient tendres.

2 Versez le contenu du faitout dans un sac à gelée suspendu au-dessus d'un saladier non réactif et laissez égoutter dans un endroit frais toute la nuit.

3 Jetez la pulpe du sac à gelée. Mesurez la quantité de jus et versez-le dans une casserole. Ajoutez 450 g de sucre pour 570 ml de jus puis l'estragon, en remuant, jusqu'à ce que le sucre ait fondu. Faites cuire environ 15 minutes jusqu'au point de cuisson (voir page 23).

4 Écumez puis laissez reposer la gelée 15 minutes. Remuez pour bien répartir l'estragon. Préparez et remplissez les bocaux (voir page 11), puis fermez-les à l'aide de disques de paraffine et de film transparent (voir page 14). Laissez reposer toute une nuit. Une fois étiquetés, conservez dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière jusqu'à 1 an.

Fleurs cristallisées

Si vous cultivez des fleurs toute l'année, vous serez toujours en mesure d'avoir une décoration de saison appropriée pour vos desserts et gâteaux. Quand vous choisissez vos fleurs, un seul impératif : vous assurer qu'elles sont comestibles. En outre, il est conseillé de ne jamais utiliser des fleurs ou des feuilles qui ont été aspergées de pesticides ou de fertilisants. Gardez-vous aussi d'en acheter chez le fleuriste ou d'en cueillir sur le bord de la route. Choisissez des fleurs richement parfumées comme les roses, les violettes et les seringas. Vous trouverez de la gomme arabique dans les magasins spécialisés mais si vous n'en avez pas, vous pouvez très bien utiliser du blanc d'œuf, sachant toutefois que les fleurs décorées tiendront moins longtemps.

Gomme arabique ou blanc d'œuf (voir remarque)
Quelques gouttes d'eau de rose ou de fleur d'oranger si vous utilisez de la gomme arabique ; Une pincée de sel si vous utilisez du blanc d'œuf (voir méthode)
Fleurs comestibles (voir méthode)
Sucre semoule (voir méthode)

1 Divisez les fleurs, telles que les roses, en pétales, en laissant un petit morceau de tige sur chacune si possible.

2 Si vous utilisez de la gomme arabique, mélangez-la avec de l'eau de fleur en suivant la notice du paquet, jusqu'à ce qu'elle soit complètement dissoute ; en règle générale, il faut compter une cuillerée à soupe de gomme arabique pour deux cuillerées à soupe d'eau de fleur. S'il s'agit de blanc d'œuf, battez-le avec le sel jusqu'à ce qu'il devienne mousseux.

3 À l'aide d'un petit pinceau, peignez délicatement les fleurs de gomme arabique ou de blanc d'œuf en les couvrant entièrement.

4 Saupoudrez les fleurs d'une bonne couche uniforme de sucre. Retirez l'excès en secouant. Posez-les délicatement sur une grille en métal et laissez sécher.

5 Si nécessaire, saupoudrez les pétales d'une seconde couche de sucre pour être certain qu'ils sont entièrement recouverts. Laissez dans un endroit chaud et bien aéré afin qu'ils sèchent complètement ; ils doivent être durs et secs au toucher. Conservez-les dans un récipient ou un bocal fermé hermétiquement entre des couches de papier sulfurisé. Ils peuvent se garder un an.

REMARQUE : n'utilisez pas de digitales de la famille des solanacées (qui comprend les pommes de terre et les tomates de même que les plantes grimpantes de jardin), les delphiniums, les pois de senteur ou les fleurs à bulbes y compris les hyacinthes et les lys. Si vous n'êtes pas certain que les fleurs sont comestibles, informez-vous avant de les utiliser.





Confiture de pétales de roses

Choisissez des roses qui viennent juste de fleurir et évitez celles qui ont été aspergées de fertilisants ou de pesticides, ou qui poussent en bord de route. Cueillez-les le matin dès l'évaporation de la rosée et avant que le soleil ne devienne trop chaud.

POUR ENVIRON 1 KG

Environ 225 g de roses d'un rouge sombre et très parfumées, 10 à 12 têtes (voir note de la recette)
450 g de sucre cristallisé
Pectine du commerce (suivez les instructions inscrites sur l'emballage)
750 ml et 2 cuillerées à soupe d'eau
Jus de 2 citrons
Eau de rose, à votre convenance (facultatif)
Colorant alimentaire (facultatif)

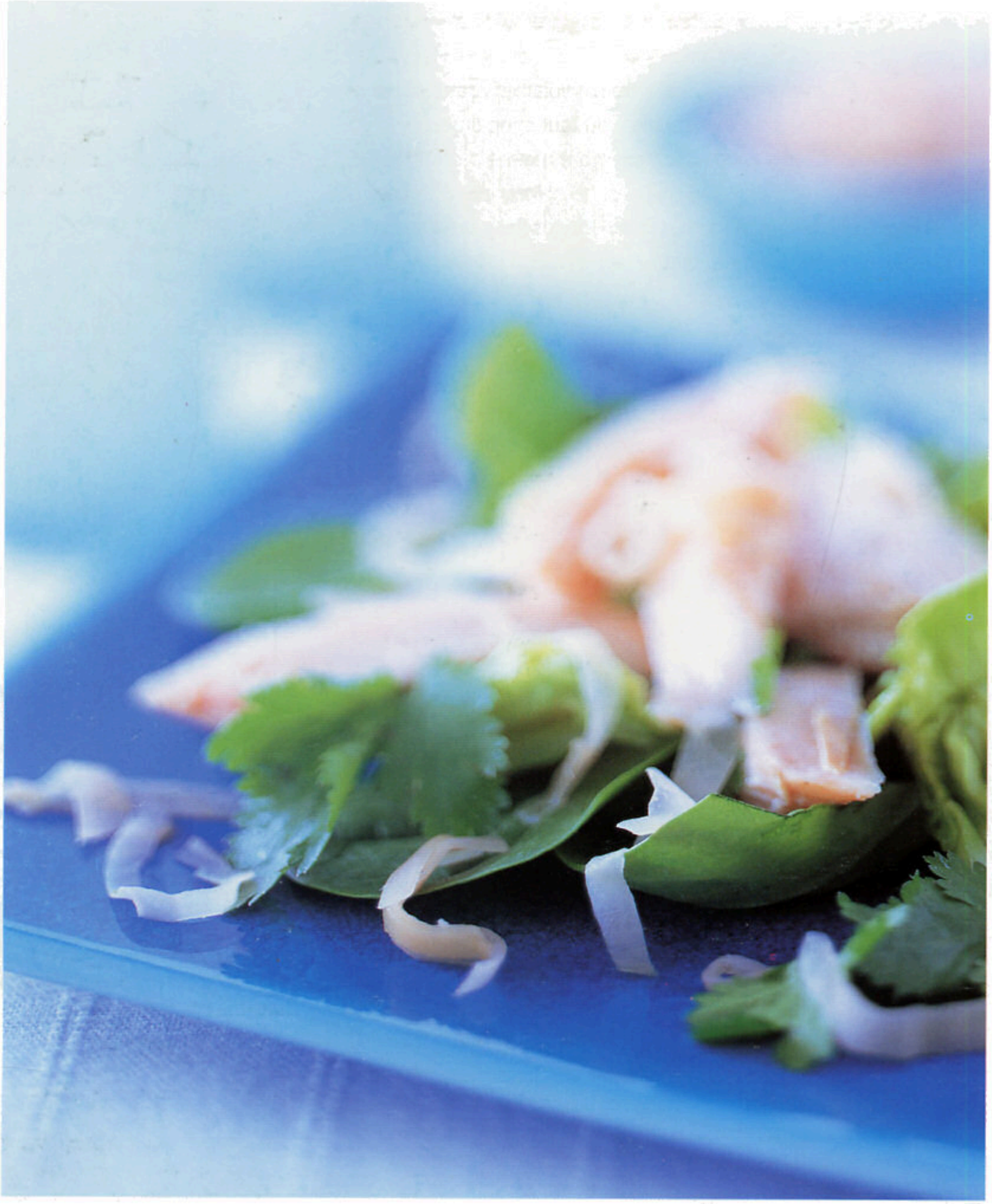
1 Retirez les pétales des roses. Rincez-les soigneusement et séchez-les doucement en tapotant à l'aide d'un torchon propre. Enlevez le « talon » blanc des pétales, puis coupez-les en petits morceaux, en veillant à ce qu'ils ne soient pas trop petits.

2 Mettez les pétales, le sucre et la pectine dans un saladier et mélangez. Couvrez et laissez macérer pendant 24 heures.

3 Versez l'eau dans une casserole non réactive. Ajoutez le citron et faites chauffer doucement, en remuant, jusqu'à ce que le sucre ait fondu. Ajoutez le contenu du saladier, couvrez, augmentez le feu et laissez mijoter 20 minutes.

4 Augmentez de nouveau le feu et faites cuire la confiture jusqu'à ce qu'elle atteigne pratiquement le point de cuisson. Ajoutez alors l'eau de rose si la confiture manque de saveur, et le colorant si elle est trop pâle.

5 Laissez reposer la confiture pendant 10 minutes, puis remuez pour bien répartir les pétales. Répartissez-les dans des bocaux stérilisés chauds. Fermez-les à l'aide de disques de paraffine et de film transparent (voir page 14) et laissez refroidir toute la nuit. Une fois étiquetés, conservez dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière jusqu'à 6 mois.



Salade de truite au gingembre mariné

Gingembre mariné à la japonaise

On sert traditionnellement le gingembre confit avec le sushi et le sashimi. Mais il accompagne également d'autres fruits de mer comme les crustacés, ou encore le saumon, la truite grillée, et même la volaille. Vous pouvez aussi le couper en dés fins et l'ajouter aux salades, ou tout simplement le grignoter pour rafraîchir votre palais. Le gingembre mariné a en principe une couleur jaunâtre ou saumon clair, mais on peut le colorer pour obtenir différents tons de rose en y ajoutant du jus de prunes rouges frais ou quelques gouttes de colorant alimentaire rouge.

POUR ENVIRON 350 ML

225 g de gingembre frais
Sel de mer (voir méthode)
300 ml de vinaigre de riz
1 cuillerée à soupe de sucre semoule
Quelques gouttes de colorant alimentaire rouge

1 Pelez le gingembre et coupez-le en lamelles ultrafines en suivant la ligne du rhizome. Trempez les lamelles dans de l'eau froide pendant 30 minutes, puis égouttez.

2 Versez le gingembre dans une casserole d'eau bouillante, portez de nouveau à ébullition et égouttez encore. Laissez refroidir. Rangez dans un bocal stérilisé, en saupoudrant de sel.

3 Faites chauffer doucement le vinaigre et le sucre, en remuant pour faire fondre le sucre. Ajoutez le colorant, si vous en utilisez, et versez ensuite sur le gingembre de façon à le recouvrir complètement. Scellez et laissez dans un endroit frais pendant 2 semaines, en secouant de temps en temps le bocal jusqu'à dissolution du sel.

4 Mettez ensuite au réfrigérateur. Consommez-le de préférence dans les 3 mois.

Salade de truite au gingembre mariné

Le goût frais du gingembre mariné parsemé sur la truite pochée ou le saumon grillé relèvera de manière saisissante la saveur du poisson.

ENTRÉE POUR 4 PERSONNES

2 truites, pesant environ 350 g chacune, à température ambiante
Eau bouillante (pour pocher)
5 cuillerées à soupe d'huile d'arachide ou d'huile végétale
1 cuillerée à soupe de jus de citron vert
Sel et poivre noir fraîchement moulu
3 poignées de feuilles de laitue croquantes, coupées en morceaux
1 poignée de feuilles d'épinards nouveaux
4 cuillerées à café de gingembre mariné à la japonaise haché finement
Coriandre hachée, pour la garniture

1 Déposez la truite dans une grande poêle à frire. Recouvrez-la d'eau bouillante et faites chauffer jusqu'à ce que des bulles se forment dans l'eau. Couvrez et laissez cuire 12 minutes.

2 Enlevez le poisson de la poêle. Retirez-lui la peau si vous le souhaitez ainsi que les quatre filets de l'os. Réservez-les.

3 Fouettez l'huile d'arachide, le jus de citron vert, le sel et le poivre pour faire une vinaigrette. Mélangez les feuilles de laitue et d'épinard, ajoutez l'assaisonnement et mélangez. Déposez la salade sur quatre assiettes, décorez de coriandre et déposez un filet de truite. Saupoudrez le poisson de gingembre.

4 Vous pouvez émietter le poisson puis le mélanger dans la salade avant de la parsemer de lamelles de gingembre.

Noix confites

POUR ENVIRON 2 LITRES

450 g de noix vertes
115 g de sel
1 l d'eau
40 g de gingembre frais
1,7 l de vinaigre de vin blanc
75 g de grains de poivre noir
40 g de baies de piment de la Jamaïque, légèrement broyées

Les noix doivent être récoltées lorsque la peau extérieure (qui devient ensuite dure et brune) est encore tendre et verte, généralement vers la fin de l'année. Il est préférable de porter des gants en caoutchouc ou autres lorsque vous cueillez et tenez les noix dans les mains ; elles peuvent en effet faire des taches dont il est difficile de se débarrasser.

1 Piquez les noix à l'aide d'une aiguille à repriser et mettez-les dans un saladier inoxydable.

2 Faites dissoudre la moitié du sel dans la moitié de l'eau, versez sur les noix et couvrez. Laissez macérer une semaine afin d'enlever l'excès d'amertume.

3 Égouttez et jetez le liquide. Faites dissoudre le reste du sel dans le reste de l'eau, versez sur les noix et laissez encore deux semaines.

4 Égouttez les noix (jetez le liquide), rincez et séchez. Étalez les noix et laissez-les sécher à l'air libre pendant 2 ou 3 semaines jusqu'à ce qu'elles aient noirci.

5 Rangez-les dans des bocaux stérilisés propres.

6 Écrasez le gingembre avec le plat de la lame d'un couteau, puis jetez-le dans une casserole non réactive avec le vinaigre, les grains de poivre et le tout-épices. Faites cuire 10 minutes avant de verser sur les noix. Faites tourner le bocal afin d'en éliminer les bulles d'air.

7 Fermez les bocaux et laissez refroidir. Conservez-les ensuite dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant au moins un mois avant de les ouvrir. Ils peuvent se conserver de 1 à 2 ans.

Marrons au sirop

POUR ENVIRON 700 G

600 à 700 g de marrons frais dans leur coquille
1 gousse de vanille
225 g et 2 cuillerées à soupe de sucre
225 ml de glucose liquide
175 ml d'eau
2 cuillerées à soupe de rhum ou d'eau-de-vie

La préparation de ces petites douceurs est identique à celle du glaçage. N'oubliez pas qu'elle prend plusieurs jours, mais que le résultat vaut bien ces petits efforts quotidiens. Prévoyez quelques marrons en plus pour le cas où certains ne seraient pas bons.

1 Faites une entaille dans la peau des marrons et jetez-les dans une casserole d'eau bouillante. Laissez frémir 10 minutes puis retirez du feu. À l'aide d'une écumoire, retirez les marrons un par un. Lorsqu'ils ont suffisamment refroidi, pelez la peau extérieure et intérieure.

2 Faites mijoter les noix dans la gousse de vanille dans une quantité d'eau suffisante pour les couvrir jusqu'à ce qu'elles soient tendres mais qu'elles ne se brisent pas. Égouttez et séchez à l'aide de papier absorbant ; réservez la gousse de vanille.

3 Dans une casserole pouvant contenir les marrons, faites chauffer doucement le sucre et le glucose liquide dans 175 ml d'eau, sans cesser de remuer, jusqu'à ce que le sucre ait fondu. Augmentez le feu jusqu'à ce que le sirop bout, puis retirez la casserole du feu et ajoutez les noix. Mettez de nouveau sur le feu et portez à ébullition. Retirez du feu, couvrez et laissez reposer toute la nuit.

4 Le lendemain, retirez le couvercle et portez de nouveau la casserole à ébullition. Retirez du feu, couvrez et laissez de nouveau reposer une nuit. Le lendemain matin, remettez la gousse de vanille dans la casserole et portez à ébullition, à découvert, pour la dernière fois. Hors du feu, versez le rhum ou l'eau-de-vie, puis les marrons, la gousse de vanille et le sirop dans un bocal préparé (voir page 11). Faites tourner le bocal pour éliminer les bulles d'air. Procédez à la stérilisation (voir page 16). Laissez refroidir et étiquetez les bocaux. Conservez-les ensuite dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant au moins 1 mois avant de les ouvrir. Ils peuvent se conserver 1 an.

Confiture de marrons à la vanille

Cette succulente confiture est très facile à préparer une fois que les marrons ont été pelés car la cuisson ne nécessite pas d'attention particulière. Il suffit simplement de faire cuire la préparation jusqu'à ce qu'elle prenne une consistance épaisse.

POUR ENVIRON 1,4 KG

Environ 1,2 kg de marrons frais dans leur coquille
1 gousse de vanille
600 g de sucre brun clair
2 cuillerées à soupe de rhum brun

1 Faites une entaille dans la peau des marrons et mettez-les dans une casserole d'eau bouillante. Laissez frémir 10 minutes puis retirez du feu. À l'aide d'une écumoire, retirez les marrons un par un. Lorsqu'ils ont suffisamment refroidi, pelez la peau extérieure et intérieure.

2 Faites mijoter les noix avec la gousse de vanille dans une quantité d'eau suffisante pour les recouvrir, jusqu'à ce qu'elles soient tendres. Égouttez les noix, réservez l'eau et la gousse de vanille. Réduisez les noix en purée et pesez-la ; vous devez obtenir environ 750 g.

3 Versez la purée, le sucre et 100 ml de l'eau de cuisson dans une casserole lourde. Fendez la gousse de vanille, grattez les graines et ajoutez-les dans la casserole avec la gousse. Faites chauffer doucement, en remuant, jusqu'à ce que le sucre ait fondu, puis portez à ébullition. Faites cuire jusqu'à obtenir une consistance épaisse, en remuant souvent. Mouillez avec le rhum et jetez la gousse de vanille.

4 Préparez et remplissez les bocaux (voir page 11), puis fermez-les à l'aide de disques de paraffine et de film transparent (voir page 14). Laissez reposer toute une nuit afin qu'elle se gélifie légèrement. Étiquetez et conservez-les dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière jusqu'à 6 mois.

Gravlax à la thaïlandaise

POUR 8 À 10 PERSONNES

2 cuillerées à soupe de gros sel
2 cuillerées à soupe de sucre semoule
1 saumon sauvage d'1 kg, coupé en deux, préparé en filets sans enlever la peau
2 bâtons de citronnelle, partie basse, sans les feuilles extérieures, hachées très finement
Zeste râpé de 2 citrons verts
1 cuillerée à café et demie de graines de coriandre, grillées à sec et broyées
Un morceau de gingembre frais de 5 cm, râpé
Poivre noir fraîchement moulu
5 cuillerées à soupe de coriandre finement hachée
5 cuillerées à soupe de menthe fraîche finement hachée

Pour une entrée légère et rapide à réaliser, il n'y a pas mieux. Servez le gravlax sur un lit de feuilles de laitue croquantes et de coriandre avec de la mayonnaise parfumée au jus de citron vert. Pour des canapés, déposez une noisette de mayonnaise sur de petits toasts croustillants sur lesquels vous étalerez une fine tranche de gravlax et de concombre décorée de coriandre. Il est préférable d'utiliser du saumon sauvage dont la chair plus ferme et plus maigre confère une saveur plus agréable que le poisson d'élevage.

1 Mélangez le sel et le sucre, puis frottez les deux faces du saumon. Mélangez le reste des ingrédients avec lesquels vous frotterez l'intérieur du saumon.

2 Posez le poisson peau en l'air dans un plat creux ou une petite plaque et enveloppez-le dans du film transparent. Recouvrez-le de poids ou de boîtes de conserves.

3 Laissez-le dans le bas de votre réfrigérateur pendant trois jours, en retournant le poisson chaque jour et en le badigeonnant de jus.

4 Pour servir le gravlax, retirez le film transparent, retirez l'excès de marinade et coupez le poisson en tranches fines à l'aide d'un long couteau affûté à fine lame tenu parallèlement au poisson.







Crevettes confites aux herbes méditerranéennes

Pour obtenir un meilleur résultat, choisissez des crevettes qui viennent d'être cuites. Ces crevettes sont idéales en entrée, avec une salade croquante, dans un risotto ou avec des pâtes.

POUR 6 PERSONNES

225 g de beurre doux coupé en dés
450 g de petites crevettes pelées et fraîchement cuites, certaines grossièrement hachées
2 à 3 cuillerées à soupe de basilic frais haché
2 à 3 cuillerées à soupe d'herbes fraîches hachées comme le thym, l'estragon, l'origan, la ciboulette et le romarin
Sel et poivre noir fraîchement moulu

1 Faites fondre doucement 150 g et 2 cuillerées à soupe de beurre. Mélangez les crevettes avec les herbes, le sel et le poivre. Ajoutez les crevettes dans le beurre fondu, couvrez et laissez mijoter 5 à 10 minutes.

2 Disposez le mélange dans six ramequins stérilisés, en vous assurant qu'ils ne contiennent aucune bulle d'air. Laissez refroidir doucement.

3 Faites chauffer légèrement le reste du beurre jusqu'à ce qu'il mousse, puis retirez du feu. Versez le beurre liquide clair sur les crevettes pour les recouvrir.

4 Laissez refroidir les pots, puis couvrez et réfrigérez une journée avant de les consommer. Ne les gardez pas plus d'une semaine. Une fois que la couche de beurre s'est brisée, consommez dans les 24 heures.

Rollmops

Cette recette est un régal en entrée avec du pain bis, une salade verte croquante ou une salade de pommes de terre.

POUR 8 PERSONNES

225 g de sel
1 l d'eau
8 harengs de 225 g, nettoyés, sans arêtes le long de la colonne
500 ml de vinaigre de vin blanc
2 cuillerées à café de baies de genièvre broyées
1 éclat de macis (facultatif)
1 cuillerée à café de baies de piment de la Jamaïque broyées
4 gros cornichons en conserve, coupés en pointes épaisses de la largeur des harengs.
1 oignon finement émincé en rondelles
2 ou 3 feuilles de laurier
12 grains de poivre noir
2 cuillerées à soupe de câpres

1 Mettez le sel et un litre d'eau dans une casserole inoxydable et portez à ébullition. Laissez refroidir.

2 Mettez les harengs dans un grand plat inoxydable. Recouvrez-les de saumure. Conservez au réfrigérateur 24 heures.

3 Pendant ce temps, mettez le vinaigre, les 500 ml d'eau, les baies de genièvre, le macis et le tout-épices dans la casserole. Portez à ébullition. Faites frémir 10 minutes, puis laissez refroidir.

4 Retirez les harengs de la marinade, rincez soigneusement et posez-les à plat du côté peau.

5 Répartissez les cornichons sur les harengs. Roulez-les un par un de la tête à la queue à l'aide d'un pique à cocktail.

6 Déposez les rollmops dans des bocaux stérilisés froids et répartissez l'oignon, les feuilles de laurier, les grains de poivre et les câpres dans chacun d'eux. Versez le vinaigre épicé jusqu'à 5 mm du bord puis scellez. Gardez-les au réfrigérateur avant de les déguster. Les rollmops peuvent se conserver plusieurs semaines.

Ci-contre : rollmops



Les rillettes

POUR 6 PERSONNES

115 g de lard gras haché
1 kg d'épaule de porc fraîche (palette) ou de poitrine de porc, plus quelques os
1 échalote hachée
2 brins de thym frais
3 brins de persil frais
1 feuille de laurier
Une pincée de « quatre-épices » ou mélange de diverses épices
Sel et poivre noir fraîchement moulu
5 cuillerées à soupe d'eau

Ces délicieuses rillettes (porc émincé et longuement mijoté) sont fabriquées dans toute la France bien qu'il s'agisse en réalité d'une spécialité de la Sarthe. Chaque cuisinier à son propre tour de main, ce qui fait de ses rillettes une recette unique. Il n'y a rien de plus facile que d'en préparer soi-même, sous réserve d'utiliser de la viande de porc fraîche et non surgelée. Recouvertes d'une couche de graisse, les rillettes se conservent au réfrigérateur et se dégustent en guise d'en-cas, en entrée ou au déjeuner. Dans cette recette, les rillettes contiennent moins de graisse que celles que l'on trouve en France.

1 Préchauffez votre four à 130°C. Mettez la graisse dans une cocotte lourde et placez-la dans le four pour la faire fondre.

2 Coupez le porc en petits morceaux et ajoutez-le à la graisse fondue avec les échalotes, les os, le thym, le persil, la feuille de laurier, les « quatre-épices », le sel, le poivre et l'eau. Faites cuire très lentement (la graisse ne doit pas former de bulles) dans le four pendant près de 4 heures, en remuant de temps en temps, jusqu'à ce que la viande s'émiette. Ajoutez un peu d'eau si le tout semble trop sec.

3 Jetez les os et les herbes de la cocotte. Passez la viande à travers un tamis fin placé au-dessus d'un saladier pour récupérer la graisse et le jus. Réservez-les.

4 Avec une fourchette, émiettez le porc, puis rangez la viande dans des pots en grès stérilisés en laissant un vide de 1,5 cm.

5 Retirez la graisse (réservée) détachée des jus (également réservés), faites-la chauffer et versez-la ensuite sur les rillettes en prenant soin de faire évacuer l'air. Laissez refroidir, puis gardez-les au réfrigérateur pendant au moins une journée. Sortez-les du réfrigérateur et laissez-les de nouveau à température ambiante pendant au moins 30 minutes avant de les déguster. Elles peuvent se conserver 4 à 5 jours.

Côtes de porc fumées à chaud au gingembre, au citron vert et à la coriandre

Le procédé très long et très lent de fumaison à chaud permet de conserver les côtelettes humides et de les imprégner d'un délicieux arôme, que vous apprécierez particulièrement avec une purée de pommes de terre et une salade, ou des tomates et des champignons grillés.

POUR 4 PERSONNES

4 côtes de porc
1 cuillerée à soupe de gingembre frais finement haché
1 petite gousse d'ail finement hachée
2 cuillerées à soupe de sauce de soja
1 cuillerée à soupe et demie d'huile de sésame
4 cuillerées à soupe d'huile d'arachide ou d'huile végétale
Jus de 2 citrons verts
Gros sel et poivre noir fraîchement moulu
3 cuillerées à soupe de coriandre hachée

1 Mettez les côtes de porc dans un plat non réactif. Mélangez le reste des ingrédients à l'exception de la coriandre. Versez la marinade sur la viande, puis retournez-la. Couvrez et laissez 4 heures, en retournant les côtes de temps en temps.

2 Montez et préparez le fumoir en suivant les instructions du fabricant.

3 Enlevez les côtes de la marinade ; réservez-la. Placez la viande sur la grille de cuisson du fumoir, couvrez et faites fumer à une température comprise entre 110 et 120°C durant 2 à 3 heures jusqu'à ce que la température intérieure des côtes atteigne 70°C. Mouillez avec le reste de marinade 2 ou 3 fois pendant le fumage.

4 Déposez ensuite la viande sur des assiettes chaudes, saupoudrez-la de sel et de coriandre hachée puis servez.



Pâté de porc campagnard

Un pâté de porc contient en principe un morceau gras de porc, comme la poitrine, et de la graisse de porc, non seulement pour conserver, mais aussi pour empêcher le pâté de sécher une fois cuit. Dans cette recette, il s'agit d'un compromis entre la volonté de retrouver toutes les saveurs d'un bon pâté et cette préférence moderne pour la cuisine moins grasse. Vous pouvez varier les plaisirs en ajoutant des lamelles de chorizo ou de salami ou en remplaçant les champignons cuits par des olives. Pour faire un pâté ayant une consistance ferme, ajoutez 85 g de miettes de pain qui retiendront les jus contenus dans le pâté.

POUR 6 À 8 PERSONNES

2 cuillerées à soupe de beurre
1 gros oignon finement haché
3 ou 4 gousses d'ail finement hachées
450 g de poitrine de porc
175 g de veau
175 g de foie de volaille
1 morceau de prosciutto ou de pancetta de 150 g haché
125 g d'olives noires dénoyautées et hachées
5 cuillerées à soupe d'herbes hachées telles que thym, origan, persil, basilic, estragon et romarin
2 ou 3 cuillerées à soupe de cognac
Sel et poivre noir fraîchement moulu
8 tranches de lard sans couenne

1 Préchauffez votre four à 170°C. Faites revenir le beurre dans une poêle, ajoutez l'oignon et l'ail et faites revenir jusqu'à ce qu'ils soient tendres. Laissez refroidir.

2 Émincez ensemble le porc, le veau et le foie mais aussi le prosciutto ou la pancetta. Puis mélangez soigneusement à la main le reste des ingrédients et la préparation, à l'exception des tranches de lard. Faites revenir un petit morceau de la préparation afin de la goûter et de vérifier l'assaisonnement.

3 Tapissez une terrine d'1 l avec les tranches de lard, en laissant les extrémités déborder.

4 Disposez des couches de la préparation de viande dans la terrine, en vous assurant de ne laisser aucune poche d'air. Couvrez le dessus avec le lard. Mettez le couvercle du moule ou couvrez à l'aide d'une double épaisseur de papier aluminium.

5 Placez la terrine dans un plat à four que vous poserez sur la grille du four et versez de l'eau bouillante tout autour jusqu'à mi-hauteur. Faites cuire environ 2 heures jusqu'à ce que le pâté déborde légèrement de la terrine et que le couteau plongé au centre de la terrine pendant 30 secondes soit chaud. La température intérieure doit être de 75°C.

6 Retirez la terrine du bain-marie et laissez refroidir environ 1 heure. Enlevez le couvercle et lestez le dessus avec un kilo de poids ou des boîtes de conserves pleines. Laissez refroidir complètement. Mettez la terrine au réfrigérateur, toujours lestée, pendant 1 ou 2 jours avant de servir.

7 Laissez le pâté à température ambiante pendant 30 minutes avant de le servir, dans la terrine ou sur une assiette ou une planche, en tranches de 1,5 cm d'épaisseur. Le pâté se conserve deux ou trois jours dans le réfrigérateur. Vous pouvez également le congeler pendant un mois, soit dans la terrine, soit démoulé entier et enveloppé d'abord dans du film transparent, puis dans du papier aluminium résistant ; ou encore coupé en tranches, chacune enveloppée dans du film transparent puis dans du papier aluminium. Pour le faire décongeler, enlevez-le de son emballage et laissez-le au réfrigérateur toute une nuit.





Pickles d'œufs

Autrefois, il n'était pas rare de trouver des bocaux géants contenant ces savoureux œufs durs au comptoir de nombreux pubs anglais. Les pickles d'œufs relèvent de façon intéressante les salades et les sandwiches, à l'occasion d'un pique-nique, en entrée ou à l'apéritif. Cette recette, facile à réaliser, vaut le coup d'être préparée en grandes quantités.

POUR ENVIRON 2 LITRES

2 piments rouges séchés
2 gousses d'ail émincées
Un petit morceau de gingembre frais, râpé
2 cuillerées à café de grains de poivre noir, légèrement broyés
Un éclat de macis (facultatif)
850 ml de vinaigre de vin blanc
12 œufs

1 Mettez tous les ingrédients à l'exception des œufs dans une casserole non réactive et portez à ébullition. Baissez le feu et laissez mijoter doucement pendant 10 minutes, puis retirez du feu et laissez refroidir. Goûtez le vinaigre afin de vérifier s'il est épicé comme vous l'aimez.

2 Mettez les œufs dans une grande casserole, recouvrez-les d'eau froide et portez à ébullition. Couvrez la casserole, retirez du feu puis laissez reposer 15 minutes. Égouttez les œufs et passez-les sous l'eau froide. Enlevez les coquilles et pelez délicatement les œufs, en veillant à bien enlever la petite peau de l'intérieur.

3 Rangez les œufs sans trop les serrer dans des bocaux stérilisés. Versez le vinaigre jusqu'à les recouvrir entièrement. Étiquetez les bocaux et conservez-les dans un endroit frais, sec, et à l'abri de la lumière pendant 3 ou 4 semaines avant de les ouvrir. Vous pourrez les conserver environ 6 mois.

Index

HILAIRE WALDEN s'intéresse de près à l'alimentation et à la cuisine depuis près de quarante ans. Elle a notamment travaillé pour plusieurs grandes entreprises du secteur de l'industrie alimentaire avant de se tourner vers la rédaction d'ouvrages consacrés à l'œnologie et à la gastronomie. Elle est devenue ensuite la rédactrice en chef d'Anne Willan, le grand chef cuisinier auteur et fondatrice d'une école de cuisine en France. Auteur d'une dizaine de livres de cuisine, elle écrit régulièrement pour des magazines, des journaux, et participe à des émissions de télévision et de radio.

Elle réside dans une campagne reculée d'Angleterre où la préparation de conserves fait partie intégrante de la tradition culinaire du pays.

Si vous avez toujours rêvé de réaliser vous-même vos conserves, alors cet ouvrage vous est tout destiné. Conserves & Conservations vous propose **dix façons** de conserver vos aliments à l'aide de techniques et d'explications simples et idéales pour œuvrer dans votre cuisine. Dans ce livre abondamment illustré, tout vous est proposé, depuis la plus simple des confitures au fumage du saumon en passant par la cristallisation de fleurs ou de fruits à écale. Que vous souhaitiez mettre du poisson en conserve ou confire vos citrons pour agrémenter vos plats marocains, vous trouverez toutes les solutions possibles. Et une fois les principes de base acquis, vous aurez le loisir de découvrir de savoureuses recettes qui vous permettront de cuisiner vos aliments conservés.

Conserves & Conservations est également le cadeau idéal. Quel plaisir, en effet, que de se voir offrir des petits plats faits maison, des pots de confiture ou des fruits au sirop enveloppés de façon originale et accompagnés de messages personnels. Vous découvrirez que cet ouvrage, qui présente les diverses conserves dans leur beauté originelle, est par ailleurs un régal pour les yeux et la table.







Rayon librairie : Cuisine
Public : Tout public

9 782876 917859

19,90 €
65 3625 4
2-87691-785-8
VIII 2003

Retrouvez First sur Internet à
www.efirst.com